



## خطة للتصفح الآمن في الانترنت

مرافقة مهنية وتطوير نموذج موجان في الشبكة:

مركز هورشت



تطوير المحتوى:

المركز التربوي القطري - اولاد في احتمال, مركز هورشت

برنامج "منطقة آمنة" يتعامل مع القضايا المتعلقة بالعالم الرقمي، الانترنت، الامكانيات والتحديات التي يواجهها أطفال المدارس الداخلية. بأعجوبة أجد تلامسا كبيرا بين القيم التي تمت صياغتها في السياسة الجديدة للوزارة وبين هذه القضية. في السياسة المكتوبة في السنة الأخيرة وفي القيم الرائدة التي تم اختيارها وفي الاساس قيمة مصلحة الطفل التي تركز على أربعة أسس:

الإلتناء، الحماية، الاستمرار والتحسين.

عندما نختبر التحديات التي يضعها لنا العصر الرقمي في عالم المدارس الداخلية يطلب منا فحص هذه القيم.

يطلب منا التعامل مع الاحتمال مقابل الخطر الكائن عند الإنكشاف على التكنولوجيا في ايماننا. من ناحية واحدة آفاق وفرص اجتماعية، ومن ناحية أخرى مخاطر العزلة والتحرش. من ناحية احتمال الشعور بالانتماء (المنتديات والشبكات الاجتماعية)، ومن ناحية أخرى خطر التعرض لمحتويات غير ملائمة للجيل.

من ناحية فرصة للنجاح والتمكين بواسطة الحصول على مساعدة ومجموعات دعم، ومن ناحية أخرى خطر تمكين الصعوبات الاجتماعية.

ان الشبكة هي جزء من الحياة، الأولاد والشبيبة يتصرفون اليوم في نفس الوقت بالبيئة المادية وفي الشبكات الاجتماعية.

من المهم أن نشدد على أن الشبكة ليست سلبية أو ايجابية، انما النشاطات التي نقوم بها هي التي تحدد النتائج. وفق هذا فان وظيفة البالغ المسؤول كما نعرفها ايضا في المساحات الأخرى من حياة أولادنا.

البالغ يتوسط، ينظم، يراقب ويشرف. يفرد البالغ مجموعة القيم المطلوبة منه بخصوص غالبية محتويات حياة الولد/ الشاب في المدرسة الداخلية.

مثلما ينتج المعالجين ورجال التربية في المدرسة الداخلية مساحة آمنة خارج الشبكة وفق الجيل والاحتياجات التطورية، هكذا تقع عليهم مسؤولية فحص الأدوات وتعلم الحوار المقابل في العالم الرقمي. هذا المجال يعتبر متحديا لنا البالغين وذلك بسبب أن الأولاد والشبيبة يسبقوننا بخطوة لكن هذه الخطوة هي خطوة تقنية، لا يوجد بها النضج، الفهم والمسؤولية المطلوبة. لهذا فان الفضاء الافتراضي كما هو في بقية المجالات، يطلب منا البالغين المسؤولين، تطوير الأدوات وتحويل أنفسنا لأشخاص ذوي صلة.

علينا اكتساب المعرفة التي ستسمح لنا بالحديث باللغة التي يتحدث بها طلابنا.

في هذا الحديث فان المعالج/المربي، سيضع الحدود ويأسس سلطته. سيعرف ان يكتشف حالات الخطر وفي الأساس يتحول الى مربى للولد حسب طريقته وحاضر في حياته ايضا في الشبكة بهدف مساعدته بالحفاظ على نفسه.

نشكر شركائنا في هذه العملية التربوية:

صندوق أولاد وشبيبة في ضائقة بإدارة إفرات بن حورين، الشريكة في خرق الطريق في المدخلات والعمليات من أجل تطوير مواضيع اضافية لمصلحة أولاد المدارس الداخلية في السنوات القليلة.

لأورنا هيلينجر مديرة ناتيكا بمنظمة الانترنت الاسرائيلي ومشروع فضاء آمن من قبل الصناديق، مخزن معلوماتها الواسع، دماثة أخلاقها وتوجيهات العمل المتنوعة التي علمتنا الكثير. لشارون كايزر هار ومركز هورشت على المرافقة والتطوير المهني.

لشركائنا في مجالات عديدة "أولاد مع فرصة" الذين يساعدوننا دائما على التوسع، الإثراء والدعم في كل موضوع التطوير في عالم المدارس الداخلية.

لكل طواقم المدارس الداخلية، المدراء، المربين والمعالجين الذين يطورون التفكير الإبداعي، عمليات التعلم وآليات العمل ذات الصلة وعلى وجه الخصوص العناية اللانهائية في إنشاء فضاء آمن لأولاد المدارس الداخلية.

مع الاحترام،

ركيفت بن جاي

نائبة رئيس ادارة الخدمات الاجتماعية والشخصية

مكتب العمل والرفاه والخدمات الاجتماعية

اليوم، من الصعب أن نكون مهمين في عالم الأطفال أبناء الشبيبة والشباب، بدون معرفة عميقة للمساحات التي يتواجدون فيها... مساحات لها إيجابيات وسيئات، تحديات وفرص.

التطور التكنولوجي السريع، استخدام الفضاء بالأجهزة الذكية، المناطق الجديدة التي نكتشف لها، تضعنا جميعنا في موقع الحاجة الى التعليم، التمييز بين الجيد والسيء، والمساعدة في التعامل مع ظواهر جديدة، التي لا تأخذ موقعها دائما في العوالم الخارجية.

ان الوتيرة التي تحدث بها الأشياء، يحول كل جيل الى "مهاجر رقمي" بالعلاقة بين الجيل الأصغر منه. التغييرات، التنقلات من وسيلة الى أخرى، من شبكة اجتماعية الى أخرى تتم بوتيرة سريعة أكثر مما يستطيع غالبيتنا أن يستوعب.

بههدف مواكبة هذه السرعة، نحن ملزمين، بالتعرف بشكل أعمق، الكشف والفهم، ومعرفة توجيه الأسئلة الصحيحة والتوجيه لإيجاد الأجوبة الملائمة.

اذا ما الفرق بين الفيسبوك، الانستغرام، تويتر وما الى ذلك؟ ما الفرق بين البلطجة، العنف والاستخدام الذكي للانترنت، كيف يمكن احتواء كل هذه المعلومات الكثيرة، المعلومات الجديدة الواسعة. وكيف يمكن التعامل مع القضايا الموجودة في الحياة اليومية، وحيانا في الظلمات، التي يتواجد بها الاولاد، أبناء الشبيبة والشباب.

بطبيعتها فان الثورات، وايضا الثورات الرقمية، تصنع احيانا عدم الراحة، الخوف والارتباك، لكن نحن نؤمن أن المعرفة، الوعي والحافز للتعليم، من الممكن أن تصنع التغيير المطلوب، تقليل الفوارق، وتحويلنا جميعا لمهمين أكثر.

انه لأمر مفرح ومثير أنكم مشتركون في التحدي، ولا يوجد أي شك أن العملية المشتركة التي تقودها، طواقم المدارس الداخلية للأطفال والشبيبة في مكتب الرفاه الاجتماعي والخدمات الاجتماعية وطواقم جمعية أطفال مع فرصة، هو الذي سينشئ الطريق لتأسيس واقع جديد، الذي يعطي الأجوبة لكل الأسئلة في الطريق...

مع تمنياتنا بالنجاح، والتقدير العميق لكم،

أورنا هيلنجر

مديرة مشروع "منطقة آمنة"  
جمعية الانترنت الاسرائيلي  
وصناديق التأمين الوطني

إفراة بن حورين

مديرة صندوق أطفال وشبيبة في خطر،  
صناديق للتأمين الوطني



أحيانا أشبه المدرسة الداخلية بطاجن فوار يقوم بتجميع الحرارة.

الحياة فيها مكثفة، الجميع يتواجد مع الجميع تقريبا 24 ساعة في اليوم، يسكنون في نفس المناطق، يتجولون في نفس الساحات، يأكلون، ينامون ويتنفسون بعضهم بعضا تقريبا بدون أي راحة.

أيضا في عالم مزدحم وثنائر كهذا العالم تستطيع أحيانا أن تمسك بزاوية، أن تكون مع نفسك، أن تضع رأسك على الوسادة، أن تستنشق الهواء وأن تجمع القليل من الهدوء.

اليوم في العصر الرقمي حتى هذه الإمكانية اختفت تقريبا بشكل نهائي. الشمولية الكلية والانكشاف الذي ينتج دائرة لا نهائية من التواجد، انعدام الخصوصية والخوف من عدم التواجد حتى لو للحظة في هذا المكان.

ان قدراتنا على الحفاظ على أطفالنا والشبيبة من المخاطر الكثيرة المتأصلة أصبحت صعبة ومعقدة أكثر مما عرفنا في الماضي.

لداخل هذا العالم المعقد دخلنا مع برنامج "فضاء آمن"

داخل هذا العالم المتغير جل الوقت، في ظل انعدام نظام الأسرة، العائلية الوقائية والثابتة وأحيانا أيضا ضارة، في عالم المدارس الداخلية على جميع تعقيداته، والذي يتعامل مع مجموعات الأطفال والشبيبة في خطر على الحافة في الواقع الذي يتغير به الطاقم بشكل كبير، يجب علينا محاولة أن نكون في الأماكن المعرضة للمتاعب بالنسبة للطلاب في كل الوقت.

أنا فخور جدا بطاقم المراكز التربوية التابع لجمعية أطفال في خطر الذي يعرف كيف يحدد هذه الأماكن، تحديد أهداف ووجهات، الربط بين شركاء وتنفيذ برامج معقدة وهامة.

أنا فخور جدا بالشراكة التي تتكون في الأساس مع مكتب الرفاه، الخدمات للأطفال والشباب. بالشراكة مع صندوق أطفال وشبيبة في خطر التابع للتأمين الوطني الذي يقود مبادرة الفضاء الآمن في جميع أنحاء البلاد، مع منظمة الانترنت الاسرائيلية ومركز هورشت على الشراكة المهنية ومع مدراء وطواقم المدارس الداخلية من أجل قيادة برنامج مشترك يهدف الى الحفاظ على سلامة هؤلاء الأولاد الذين مصيرهم لم يأسس من أجلهم أساسا أمنا وثابتا وجيدا لحياتهم.

يارون براون

مدير جمعية "اولاد في احتمال" – مجلس الاولاد المؤتمن عليهم"

## افتتاحية

"يتحدى الفضاء الافتراضي المصطلحات التي نعرفها بخصوص السلوك الإنساني بين الأشخاص. الفضاء الافتراضي يسحبنا الى مناطق اجتماعية عاصفة وغير محمية، والتي في الكثير من الأحيان تترك الأولاد والبالغين المسؤولين عن حياتهم معرضين للخطر".

("الحياة تحت الشبكة"، كايزر- هالر، عالم نفس عبري)

اليوم من الممكن أن نقول أنه في أعقاب التغييرات التكنولوجية التي مرت على جميعنا في السنوات الأخيرة: **عالمنا تغير**. من ناحية تكنولوجية الكثير منا يتقبل التغيير ويتزود بالشاشات المتطورة التي تساعدنا على التواصل مع أبناء العائلة والأصدقاء في العديد من الطرق والأساليب، في كل ساعة من ساعات اليوم وفي الليل وفي كل نقطة في خريطة العالم.

ان العالم الجديد يسمح لنا في الوصول الى قواعد بيانات واسعة من المعرفة بدون أي جهد، لتبسط حياتنا ونستهلك المحتوى الذي يشغلنا بشكل شخصي، مهني وثقافي.

الى جانب الايجابيات الكثيرة نحن أمام عدد لا يحصى من التحديات في العالم الرقمي الجديد. من بين هذه التحديات تلك التي من الممكن أن تضر بشكل حقيقي بالشعور بأمننا الشخصي والنفسي.

بالرغم من أننا نتحدث عن ثورة رقمية حقيقية، ثورة تؤثر على حياتنا جميعا بشكل يومي، على الأغلب لا نتوقف عند أهمية التغيير الذي نواجهه جميعنا وتأثيرات هذا التغيير على حياتنا.

لقد تغيرت طرق التواصل الشخصية والجماعية عند الأطفال والشبيبة. ليس ذلك فحسب بل مهاراتهم الاجتماعية. التأثير على الحياة الروحية وعلى الحياة الاجتماعية للشباب في أعقاب التغييرات الرقمية كبيرة جدا: حتى قبل أن نكتسب المهارات الاجتماعية الأساسية من أجل العمل بشكل مستقل في المجتمع، يطلب من الأولاد العمل بمجموعات اجتماعية مختلفة بدون اكتساب مهارات التواصل والمهارات العاطفية الملائمة، غالبا بدون إشراف أو مراقبة وفي أغلب الحالات حتى بدون وجود شخص بالغ مرافق لهم ويحميهم.

كلما يمر الوقت بات واضحا جدا أن طرق التواصل الشخصية والجماعية في الشبكة وجدت لكي تبقى، ونحن بصفتنا مسؤولين عن سلامة الطلاب في المدرسة الداخلية يجب علينا أن نستيقظ، أن ننزل أعيننا الى الشاشة وأن نتواجد في الفضاء الافتراضي كبالغين مسؤولين ورافقهم في العمل الخاص والاجتماعي بشكل سليم وأمن.

إذا تعلمنا لغتهم وكنا معهم، يمكننا أن نطور المشاركة، التواجد والصلاحية أيضا في الشبكة. مشاركة كهذه ستسمح لنا بصلة وحوار من نوع آخر معهم وليس أقل أهمية من ذلك، ستساعدهم على العمل في المساحات الافتراضية بشكل ممتع، متاح وأكثر أمنا.

نحن نعي أنه ليس من السهل إيجاد طريقة للحوار الحقيقي بخصوص ما يحدث في الحياة الافتراضية لأبناء الشبيبة في الشبكة. لكن علينا أن نعرف أن الطريقة الوحيدة لتطوير الوعي والسلوك الآمن في هذه المساحات هي بواسطة الحوار، من الصعب أن نوجد القيم والقواعد التي ترشدنا في حياتنا اليومية، أيضا في الشبكة.

أيضاً من المهم أن، نذكر أن القليل مما يحدث في الشبكة ينكشف ويصل إلينا، بل الأكثر من ذلك نحن كبالغين مهتمين في حياة الطلاب في الداخلية، نمتلك مواقف مختلفة بخصوص ما يحدث في الشبكة. قسم منا يمتنع من الدخول إلى عدد من الساحات الافتراضية ويبقى في مواقع الأمانة المعروفة لنا والقسم الموجود هناك أحياناً نجده قد طور نوع من الخدر العاطفي تجاه ما يحدث في الشبكة.

تم تطوير هذه المجموعة المهنية، الخلفية الأكاديمية والنظرية المفصلة بها والفعاليات المقترحة للعمل مع الطلاب خصيصاً من أجلكم، طواقم التربية العلاج في المدارس الداخلية في إسرائيل. نحن نؤمن أنه من الممكن بل ويجب أن نكون حاضرين بسلوك الطلاب في المساحة الافتراضية، في المحادثة الشخصية، الجماعية أو في غرف العلاج.

علينا أن نأخذ جزءاً في تغيير اللغة وتغيير أنماط السلوك الموجودة لكن من أجل أن يحدث ويتطور هذا التغيير ويهدف أن لا يبقى خلفية نظرية على شاشة الحاسوب، يجب علينا أولاً، نحن البالغين المسؤولين، أن نتعلم اللغة، أن نكتسب الأدوات وأن نكون صبورين في عملية تدريجية لتغيير أنماط سلوكنا جميعاً في الشبكة.

### مع تمنياتنا بطريق ناجحة وأمنة (أيضاً) في الشبكة!

أفيفا عيزر وليلاخ مجناني  
برنامج المراكز التعليمية  
جمعية أولاد في احتمال

شارون كايزر - هلر وروني ميرتس  
عاملة نفسية تربوية  
مؤسسة مركز هورشت

## الفهرست:

|     |                                     |
|-----|-------------------------------------|
| 9   | مقدمة                               |
| 10  | أهداف البرنامج                      |
| 11  | نموذج موجان في الشبكة (هورشت، 2016) |
| 13  | وحدات تعليمية:                      |
| 13  | الوعي                               |
| 45  | التنظيم                             |
| 61  | الحدود                              |
| 91  | تواجد البالغ والمجموعة              |
| 112 | الأضرار في الشبكة                   |

### السلوك الآمن والتواصل الايجابي ايضا في الشبكة. اذا كيف نبدأ؟

ان الهدف المركزي من تطوير هذه المجموعة هو تمكينكم المرابين والمعالجين في المدارس الداخلية، تأسيس تواصل جيد مع الطلاب بخصوص استخدامهم للانترنت. عندما نطلب إجراء حوار معهم بخصوص حياتهم في الشبكة، أولا يجب أن ننظر الى داخل أنفسنا ماذا نحن نشعر وأية مواقف يوجد لنا.

فقط بعد أن نفهم مواقفنا ونكون واعين أكثر لقيمنا المهمة في كل ما يخص استخدام الشاشات، فقط بعد ذلك يمكن البدء في إجراء عملية حقيقية مع الطلاب للاستخدام الايجابي والتواصل الآمن ايضا في الشبكة.

المرحلة الأولى اذا هي زيادة الوعي وتأسيس تعميق معرفتنا نحن البالغين مع العالم الافتراضي الذي يتواجد به الطلاب معظم ساعات اليوم التي يكونوا مستيقظين بها.

في المرحلة التالية سنكتسب الأدوات الملائمة لتأسيس التدخل الصحيحة، السلطة، التحكم الذاتي، تنظيم وحدود في الشبكة وفي النهاية سنقوم بمراجعة أنواع مختلفة من الأذى في الشبكة وطرق ممكنة للتدخل ومعالجة هذه الأنواع. اذا تعالوا نبدأ!

## أهداف البرنامج

- ◆ تطوير برنامج عمل ملائم لاحتياجات المدارس الداخلية، بهدف تكوين مساحة افتراضية أكثر أماناً بالنسبة للطلاب (وفق نموذج موجان في الشبكة، مركز هورشت، 2016).
- ◆ تدريب طواقم المدارس الداخلية، وتوفير أدوات تربوية وعلاجية لتقوية قدرة التعامل أيضاً في الفضاء الافتراضي.
- ◆ توفير أدوات للكشف عن المخاطر، الامتناع وتعلم طرق تعامل ناجعة مع حالات مختلفة في الشبكة.
- ◆ تقوية القوى لخلق جو جماعي متعاطف، الذي يشجع على الشعور بالمشاركة والانتماء.
- ◆ دعم الطاقم التربوي في المدرسة الداخلية وإنشاء فضاء آمن لتجريب الأنشطة مع الطلاب.

تم تطوير نموذج "موجان في الشبكة" من قبل طاقم علماء النفس في مركز هورشت من أجل الأهل، المربين، والمعالجين. يستند هذا النموذج على أربعة مبادئ أساسية مأخوذة من عالم علم النفس التربوي وتهدف الى سلوك آمن ومنظم للشبيبة في شبكة الانترنت، من خلال الدعم وتدخل البالغين المهمين في بيئتهم...

يتعامل النموذج مع زيادة الوعي لخصائص الحياة في الشبكة، زيادة الانفتاح لوجود بالغ، وضع حدود واضحة ومتفق عليها مسبقا وتطوير الثقة على قدرتنا في إجراء حوار مفتوح وغير قابل للحكم مع أبناء الشبيبة حول استخدامهم الشبكة. نقطة الانطلاق تركز على التقبل وفهم عمليات التغيير التي مررنا بها جميعنا بخصوص المساحة الافتراضية. من المهم أن نتذكر أن العمل مع مجموعات الطلاب في المدرسة الداخلية بموضوع استخدام الشاشات يسمح لنا بالحوار الحقيقي والصريح معهم وهذه هي الأداة المركزية للعمل أيضا في مواضيع السلوك في الشبكة.

بكلمات أخرى من أجل أن نكون بالغين مهمين في حياة الشبكة للطلاب في المدارس الداخلية، علينا أولا أن نتعلم اللغة وقواعد اللعبة الجديدة والبقاء قريبا منهم من أجل أن نستطيع المساعدة في التربية والتوجيه لسلوك سليم، منظم ومحمي في المساحات الافتراضية.

يتكون نموذج موجان في الشبكة من أربعة مراحل، كل مرحلة تعتبر وحدة تعليم في حد ذاتها وترتيب التعليم مهم. في كل مرحلة سنعطيك خلفية نظرية وشرح عن المرحلة ومجموعة من الفعاليات للتطبيق أمام الطلاب والطاقم في المدرسة الداخلية.

الفكرة المركزية من هذا النموذج هي ربط بين عوالم بهدف سد الفجوات والسماح للطواقم التربوية والمعالجين أن يكونوا حاضرين في حياة الطلاب بشكل جيد.

من المهم أن نذكر أن المراحل تستند بشكل تسلسلي على المعرفة والتجربة التي تم اكتسابها خلال المرحلة السابقة ولا يمكن تخطي أي مرحلة من المراحل.

## 1. الوعي:

اللقاء مع الطلاب هو عمليا لقاء مع أنفسنا، وبالتالي من المهم أن نكون واعين للمواقف والقيم الخاصة بنا عند التصرف في الشبكة وفهم تأثير ذلك على ردود أفعالنا. في هذه المرحلة من المهم أن نتعلم ونتعرف على العوالم الافتراضية التي يتواجد بها الطلاب، تقليل استخدام مصطلحات الرفض والنقد، والسعي من أجل إجراء حوار مفتوح ومتقبل الذي سيساعد على خلق رابط هام وجيد.



## 2. التنظيم العاطفي:

ان الفضاء الافتراضي يؤدي في أحيان كثيرة الى الشعور بالعزلة والابتعاد بين الكاتب ومراسليه ويظهر أن الضغط الاجتماعي في المجموعة المتساوية التي تتحرك بين العالم الحقيقي والعالم الموجود في الشبكة ينشئ حالات معقدة جدا من ناحية اجتماعية يتعامل معها الطلاب. المجهولية، عدم الرؤية وعدم وجود تواصل بين العيون الموجودة في أطراف لوحة المفاتيح من الممكن أن تؤدي الى اعتداء لفظي وسلوكيات مسيئة أخرى ناتجة عن صعوبات في التنظيم العاطفي والتي تنعكس في ردود أفعال الطلاب في الشبكة.



## 3. الحدود:

ان المساحات الافتراضية تنشئ وهم حرية التعبير والسلوك بدون مراقبة وتوجيه. طلاب المدارس الداخلية بحاجة الى وضع حدود واضحة ومحددة من أجل أن يستطيعوا التصرف بشكل آمن أيضا في هذه المساحة. عندما نساعدهم في بناء الحدود علينا أولا أن نكون بمثابة قدوة بالنسبة لهم ومساعدتهم على التفكير وتطوير آليات حكم ومراقبة ذاتية، قواعد وأنظمة واضحة لاستخدام الشبكة.



## 4. التواجد:

من أجل أن نصبح بالغين مهمين ومعالم أيضا في مساحات الشبكة، علينا أن نكون حاضرين هناك أيضا والتصرف معهم بصورة محترمة التي تقدم القيم، التنظيم والحدود التي وضعت في المراحل السابقة. عنصر فريد اضافي في المدارس الداخلية هو وجود المجموعة التي تعتبر قوة هامة بالنسبة للطلاب وقيمة مضافة قوية جدا لتأسيس الشعور بانتمائهم وقدرة تواجد واحد من أجل الاخر أيضا في الشبكة.



كما قد ذكر، مبنى البرنامج يتطرق الى كل مبادئ النموذج المبنية طبقة على طبقة. الدمج بين جميعهم هو الذي ينشئ فرصة لبناء فضاء (محمي) موجان للطلاب في الشبكة!



"كلما مر الوقت يبدو أن طرق الاتصال والمجموعات الجديدة هنا من أجل أن تبقى، ونحن كأهالي، معالجين ومربين ملزمون بالاستيقاظ، ننزل أعيننا الى الشاشة وتواجدنا أيضا هناك. في نهاية المطاف يجب العودة الى نفس الصيغة القديمة والنجاحة: اذا تعلمنا لغتهم وكنا معهم هناك سنستطيع تطوير تدخل، تواجد وسلطة ايضا في الشبكة. تدخل كهذا سيسمح بعلاقة وحوار من نوع آخر مع الأولاد، وليس أقل أهمية- سيساعدكم على التصرف بشكل لطيف، متاح وآمن أكثر بالنسبة لهم في المساحات الافتراضية".

(كايزر- هير، الحياة تحت الشبكة" 2016)

#### 1.1 خلفية نظرية: تطوير الوعي والتدخل في حياة الشبكة عند الطلاب

سواء كنا مرشدين، معالجين أو أولاد، سواء أولاد في سن الخامسة، العاشرة أو الخامسة عشر، وقت التصفح والشاشات، تطبيقات وشبكات اجتماعية، أصبحت جزء لا يتجزأ من حياتنا وحن الوقت أن نعترف بذلك.

تقبل استخدام الشاشات كجزء من حياتنا، تسمح لنا الانتقال الى مرحلة متقدمة أكثر من الحوار مع الطلاب. نحن نثق أنه فقط من خلال المعرفة والوعي للعمليات التي نمر بها، يمكننا الامتناع عن سلوك حاكم وناقد الذي لا يسمح بوجود حقيقي للقيم، التدخل وسلطتنا نحن كمربين في حياة الشبكة عند الطلاب.

يبدأ التعليم للاستخدام الحقيقي عند إدراك الاستخدام الموجود، الاستمرار في التدخل والتواجد في حياة الشبكة في الحياة اليومية، وينتهي بقدرتنا على التمتع من الايجابيات الكثيرة الموجودة في الوسائل التكنولوجية الحاضرة من جانب واحد والبقاء آمنين من المخاطر ومن الاستخدام المفرط من الجانب الاخر.

في الجزء الأول من برنامجنا للحماية (موجانوت) ندعوكم لجعل تجربة استخدام الانترنت في المدرسة الداخلية جزء لا يتجزأ من روتين الحياة بمجموعة بشكل ايجابي، قيم ومراقب أكثر بواسطة زيادة الوعي للمحتويات المتاحة والأعمال المختلفة للطلاب والطاقم في الشبكة.

طبعا من المهم أن نذكر أنه لا توجد إجابة واحدة صحيحة أو معادلة واحدة ملائمة لاستخدام ايجابي للشبكة. نحن نقترح عليكم التعلم، القراءة وتطبيق المحتويات الملائمة لكم، لأسلوب التدريب الخاص بكم وللمزايا الخاصة لكل واحدة من المجموعات التي سوف ترشدوها.

في كل طريق تختاروه لزيادة وعيكم في حياة الشبكة عند الطلاب، من المهم أن نتذكر أنه عندما نأتي للحديث مع الطلاب عن استخدامهم للشبكة، علينا أن نأتي من مكان مفتوح، محترم ومنقبل. موقف أولي سيفسر كحكم أو نقد تجاه الطلاب ولن يسمح في حدوث حوار حقيقي.

## 1.2 المهام المركزية

مهمتنا المركزية في موضوع الإدراك والوعي هي تعلم ومعرفة المساحات الافتراضية التي يتواجد بها الطلاب في المدارس الداخلية، تقليل استخدام تعابير الرفض والنقد من جهة الطاقم وإجراء حوار يومي مع الطلاب بقصد حقيقي للتعلم ومعرفة مساحة المعيشة الخاصة بهم (ايضا) في الانترنت.

## 1.3 كيف نفعل هذا بشكل صحيح؟

الوعي فقط في حال وصل حقا من مكان فيه حوار، إبداء الاهتمام والإصغاء للطلاب بخصوص حياة الانترنت خاصتهم: ماذا يحبون أن يفعلوا؟ كيف مر عليهم اليوم في الواتس -اب؟ تذكروا أنه يتم الحديث عن محادثة وليس بتحقيق شرطة. شاركوهم في تجارب من حياتكم.

احكوا عن حوادث حصلت وكنتم شاهدين عليها وبها كانت سلوكيات لم تحبوها، ماذا يسعدكم وماذا يغضبكم. ستفاجئون باكتشاف كم أن طلابكم متعطشين لنوع من الحوار معكم.

نحن نوصي بتبني هذه المبادئ ليس فقط في مواضيع تخص برنامج تربوي كهذا أو كهذا انما كنمط حياة. قررنا أنه منذ اليوم جزءا من روتين حياتكم والحوار مع الطلاب سيكون أيضا في مواضيع متعلقة بحياتهم في الشبكة. في هذه المرحلة نحن نوجه لتعلم العالم الافتراضي الخاص بالطلاب ومعرفة عميقة أكثر مع المحتويات، الأوقات والشكل الذي يستخدمون به الانترنت.

نحن نؤمن أن التعرف الذاتي مع المساحات الفضائية في الشبكة التي يتواجد بها الطلاب هي الخطوة الأولى والأساسية للتواصل المثمر بينكم.

بهدف تأسيس إدراك عادات استهلاك الشاشات نحن ندعوكم لإيقاف الزمن والتوجه خمسة دقائق خلال اليوم لمدة أسبوع للتفكير بخصوص عادات استهلاك شاشاتكم وعن الاستخدام الذي تفعلوه أنتم في الشبكة.

تعرفوا على عادات استهلاك شاشاتكم وبيئتكم القريبة: ماذا تحبون أن تعملوا في الانترنت؟ ماذا يزعجكم في الشبكة؟ بعد ذلك استمروا في التفكير بهذه المواضيع مع الطلاب كرسوا وقت كاف للتعرف على التطبيقات، الألعاب والسلوك الاجتماعي في الشبكة.

من المهم أن نؤكد أنه لا يتم الحديث عن حوار لمرة واحدة انما بإدخال الحوار عن حياة الشبكة للطلاب والبالغين في الداخلية اليومية.

## 1.4 فعاليات مع الطلاب في موضوع الوعي

◆ الانترنت بالنسبة لي هو... - 15

◆ الجيد، السيء والغير معروف... - 23

◆ انا والشبكة - 29

◆ نعيش في الشبكة - 37

◆ محاصرين في الشبكة - 43



## الانترنت بالنسبة لي هو...

أفكار وآراء عن الشبكة

فعالية للطاخم

### أهداف:

- ◆ فحص آراء وأفكار الطاخم بالنسبة لشبكة الانترنت.
- ◆ الاعتراف بحقيقة أن الآراء وأفكار الطاخم من الممكن أن تكون مختلفة عن آراء وأفكار الطلاب.
- ◆ فهم أهمية خلق خطاب مفتوح وشامل في موضوع ما سيسمح في إكتساب طرق سلوكية صحيحة وصحية في الشبكة.

### مساعدات:

- ◆ فيديو قصير "شاهدونا": <https://goo.gl/9zXhTr>
- ◆ شريط لاصق واسع للإصاق على الأرض (ماسكنتيب)
- ◆ بطاقات أقوال
- ◆ ملاحظات post it
- ◆ حاسوب، باركو وشاشة (للاستخدام ب- mentimeter لمن يرغب)

### تجهيز للفعالية:

نلصق في وسط الغرفة 9 أشرطة لاصق بطول 1 متر وعلى بعد 10 سم واحدة تحت الأخرى.

### مسار الفعالية:

#### المرحلة أ- فيديو قصير

يعرض الفيلم القصير "شاهدونا" ونطلب من المشتركين التطرق الى النقاط التالية:

- أ. ألوان في الفيديو القصير (أسود أبيض معظم الوقت، ظل على الشخصيات)
- ب. موسيقى (كئيبة، حزينة)
- ج. لغة الجسد للشخصيات (موضوع، الرأس بالهاتف، شخصيات حزينة، إرهاق)
- د. محتويات الفيديو القصير (سباق دائم بدون توقف، الفضح، محاولات لإيجاد حب، ألعاب عنيفة، عالم افتراضي خيالي)

هـ. التعبير عن المشاعر عند الشخصيات (عند الطفل الصغير- الوحيد بدون هاتف، عند الكاب، عند الشخصيات فقط بواسطة الهاتف- خلال مشاهدته أو خلال التصوير)

و. عدم القدرة على الانفصال من الهاتف

ز. رد فعل الشخصيات للضائقات والأوجاع (كاميرات بالهاتف ونستمر الى الأمام)

ح. هل نحن نتصرف مثل الشخصيات في الفيديو القصير. بماذا نحن نشبههم؟ بماذا نحن مختلفين عنهم؟

ط. أعطوهم اسم للفيديو القصير.

ي. حاولوا التفكير عن نهاية متفائلة للفيديو.

## مرحلة ب- انعكاس المواقف

### الامكانية الأولى- رسم بياني على أرضية الغرفة

نوزع على المشتركين بطاقات ال- POST IT.

يسحب المرشد في كل مرة زوج من الأقوال من كومة البطاقات (خطير- آمن، مثير للاهتمام- ممل، ضار- مفيد، موثوق- غير موثوق، موافق جدا- غير موافق جدا)، يضعهم في طرفي أحزمة اللاصق الممدود على الأرضية ويطلب من المشتركين وضع أجوبتهم على الخط بواسطة بطاقات ال- POST IT في المكان الملائم حسب رأيهم.



### امكانية ثانية- استعمال "المنتيمتر" المعروض على الشاشة

"المنتيمتر" هو موقع ودي وسهل الاستخدام لبناء عرض تفاعلي، للاستخدام عند فحص المواقف، تفضيل مهام وما الى ذلك.....

في هذه الفعالية سوف نستخدم الهواتف النقالة من أجل فحص مواقف الطاقم وعرض النتائج على شاشة مركزية. **التعليمات لتحضير عرض- في الملحق 3**

عند الانتهاء من قراءة المقولات يتم دعوة المشتركين لرؤية الصورة التي حصلنا عليها والتي هي عمليا تمثل آراء ومواقف الطاقم بخصوص الشبكة.

نقوم بمحادثة ونتطرق الى النقاط التالية:

- ◆ ما رأيكم بالصورة التي حصلنا عليها؟
- ◆ أي اجابات كنا سنحصل عليها لو أجاب الطلاب على الجزء الأول من الأسئلة؟ هل كانت الصورة مغايرة؟
- ◆ هل يوجد عندنا حديث مفتوح مع الطلاب في مواضيع متعلقة بالشبكة؟
- ◆ احكوا عن أحداث توجه بها الطلاب اليكم ليشاركوكم، يستشيروكم أو يطلبوا مساعدتكم بخصوص المواضيع المتعلقة بالشبكة.

### نقاط تركيز للمرشد:

- ◆ من المهم أن تستند نقطة انطلاقنا بخصوص الشبكة على تقبل وتفهم عمليات التغيير التكنولوجية التي نشعر بها جميعا. نحن نأخذ جزءا من التغيير الثقافي- التاريخي بأشكال التواصل البشري.
- ◆ طلابنا يكبرون داخل عالم متغير وهم لن يعرفوا ماذا كان سابقا.
- ◆ علينا تعلم اللغة التي يتحدثون بها بهدف البقاء على صلة معهم ومهمين لهم.
- ◆ اذا تعلمنا اللغة التكنولوجية للطلاب يمكننا أن نطور المشاركة، التواجد، التأثير والصلاحية في الشبكة ايضا.
- ◆ موقف ناقد تجاه عالمهم ستعمل على إبعادنا من هدفنا المركزي وهو تعليم قواعد اللعبة الجديدة وتواجدنا بالشكل الذي سيساعدنا ويساعدهم على الحفاظ على السلوك السليم، المنظم والمحمي في الشبكة.
- ◆ هذه المشاركة ستسمح بالتواصل والحوار من نوع آخر مع الطلاب، وليس أقل من ذلك- ستساعدهم على التصرف في الفضاء الافتراضي بشكل لطيف، ممكن وآمن أكثر بالنسبة لهم.

### ملاحظة:

يوصى بإجراء فعالية فحص المواقف مرة أخرى بعد الإنتهاء من برنامج "فضاء آمن" من أجل فحص اذا ما حدث تغير في مواقف الطاقم، واذا حصل تحسن في المحادثة مع الطلاب والمزيد.

## ملحق 1- قائمة المقولات:

- ◆ الانترنت بعيني هو ....  
خطر \_\_\_\_\_ آمن
- ◆ مثير \_\_\_\_\_ ممل
- ◆ مضر \_\_\_\_\_ مفيد
- ◆ موثوق \_\_\_\_\_ غير موثوق
- ◆ أنا أخاف من الحديث مع طلابي بكل ما يحدث في الشبكة.  
موافق جدا \_\_\_\_\_ لا أوافق بتاتا
- ◆ أنا أعرف جيدا عادات التصفح لدى طلابي (من ناحية الفحوى، الألعاب، التطبيقات)  
موافق جدا \_\_\_\_\_ لا أوافق بتاتا
- ◆ أشعر بالعجز بخصوص سيطرة الانترنت على حياتنا.  
موافق جدا \_\_\_\_\_ لا أوافق بتاتا
- ◆ عادة ما أهتم في الفحوى الذي يستهلكه طلابي في الشبكة (فيديوهات، ألعاب، شبكات اجتماعية)  
موافق جدا \_\_\_\_\_ لا أوافق بتاتا
- ◆ أشعر أنني أعتبر شخصا مؤثرا في سلوك طلابي بالشبكة.  
موافق جدا \_\_\_\_\_ لا أوافق بتاتا

الانترنت بالنسبة لي هو...

أنا أخاف من الحديث مع طلابي بكل ما يحدث في الشبكة

أنا أعرف جيدا عادات التصفح لدى طلابي  
(من ناحية الفحوى, الألعاب, التطبيقات)

أشعر بالعجز بخصوص سيطرة الانترنت على حياتنا

عادة ما اهتم في الفحوى الذي يستهلكه طلابي في الشبكة  
(فيديوهات, ألعاب, شبكات اجتماعية)

أشعر أنني أعتبر شخصا مؤثرا في سلوك طلابي بالشبكة

آمن

خطير

ممل

مثير

مفيد

مضر

خير

موتوق

|           |                |
|-----------|----------------|
| موافق جدا | لا أوافق بتاتا |

## الملحق 3: تعليمات لتجهيز منتيمتر

### مراحل تجهيز العرض

1. ادخلوا الى موقع منتيمتر: [www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com) (في جوجل: منتيمتر)
2. سجلوا في الموقع ب- log in

### ابدأوا في بناء شرائح العرض

شريحة العرض المجانية تشمل بين 2-3 شرائح (الشريحة 3 تتاح بعد التوصية على المنتيمتر لصديق). أكثر من ذلك، يجب شراء عضوية في الموقع.

1. اختاروا الامكانية: new presentation
  2. ادخلوا اسم: فضاء آمن- الانترنت بالنسبة لي هو ..... واضغطوا على زر create presentation
  3. من بين امكانيات العرض من اليمين اختاروا: Scale
  4. من جهة اليمين، في ال- dimentions سجلوا المواقف المتطرفة للسكالا (لغة البرمجة): موافق جدا، لا أوافق بتاتا.
  - أدخلوا ال- 5 مقولات ذات العلاقة في ال- statements:
  - أ. أنا أخاف من الحديث مع طلابي بكل ما يحدث في الشبكة.
  - ب. أنا أعرف جيدا عادات التصفح لدى طلابي (من ناحية الفحوى، الألعاب، التطبيقات).
  - ج. أشعر بالعجز بخصوص سيطرة الانترنت على حياتنا.
  - د. عادة ما أهتم في الفحوى الذي يستهلكه طلابي في الشبكة (فيديوهات، ألعاب، شبكات اجتماعية)
  - ه. أشعر أنني أعتبر شخصا مؤثرا في سلوك طلابي بالشبكة.
  5. أضيفوا شريحة عرض- اختاروا واحدة من بين المقولات الأولى وأدخلوا وفق التعليمات الموجودة في البند 4-5.
  6. لمشاهدة عارضة الشرائح يجب الضغط على زر ال- present الأزرق من جهة اليمين العلوية.
- من أجل الدخول الى شريحة العرض والتصويت، يجب الدخول الى موقع منتيمتر (اختيار امكانية Mentimeter Voting)، إدخال رمز شريحة العرض في المكان المخصص، التصويت والتأثير.





كتب: جاليا كوهين وليلاخ مجناحي

## الجيد، السيء والغير معروف...

### أفكار وآراء عن شبكة الانترنت

#### أهداف:

- ◆ فحص آراء شائعة بخصوص شبكة الانترنت.
- ◆ فحص الايجابيات والسلبيات في الشبكة

#### مساعدات:

- ◆ بطاقات صور

#### خلفية:

- ◆ هناك جوانب ايجابية وايجابيات كثير في الانترنت، من الجيد أن نعرف كيف نستغله بذكاء.
- ◆ شبكة الانترنت لا تؤدي ولا تحت على الأفعال السلبية، انما يتم استغلالها بشكل سيء عندما نتاح لأشخاص هدفهم سيء.
- ◆ قوة التحكم في استخدام الشبكة موجودة بين ايدينا.
- ◆ للمجموعة يوجد قوة، سلبية وايجابية في التصرف بالشبكة.

#### مسار الفعالية:

- نقسم المشتركين الى أزواج أو ثلاثيات.
- نعطي لكل طاقم بطاقة صورة.
- نطلب من المشتركين التمعن في البطاقة وكتابة رأيهم حول ماذا تصف البطاقة، ما رأيهم بخصوص ما يظهر بها، هل هذا يعتبر ايجابيا أم سلبيا في استخدام شبكة الانترنت؟
- في جلسة، نجري حوار حول الايجابيات والسلبيات والجوانب الغير معروفة في شبكة الانترنت بالاستمرار على مشاركة وصف البطاقات.

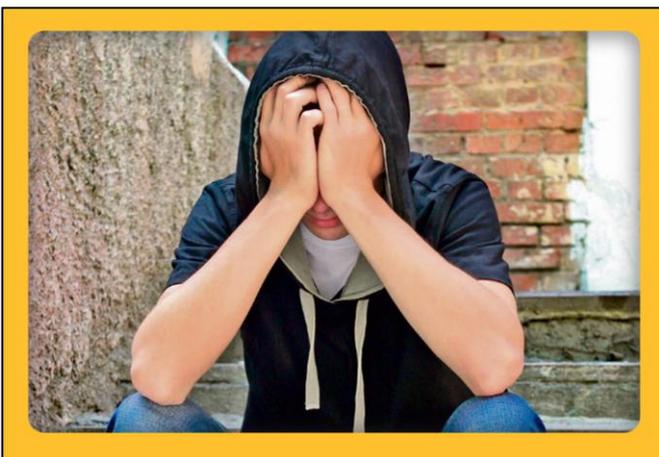
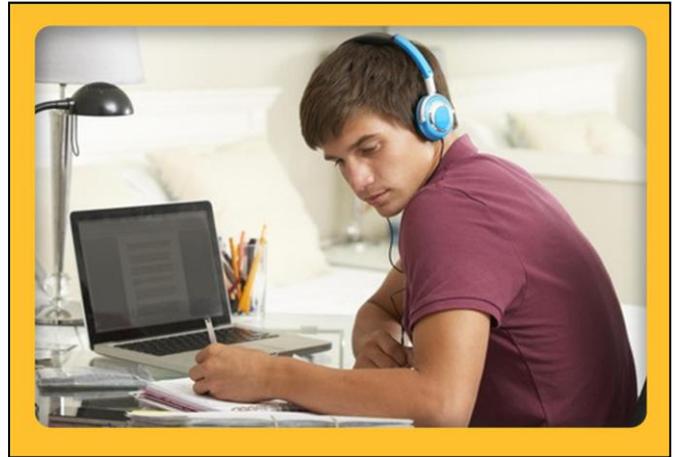
## تفصيل وتلخيص لمرشد الفعالية:

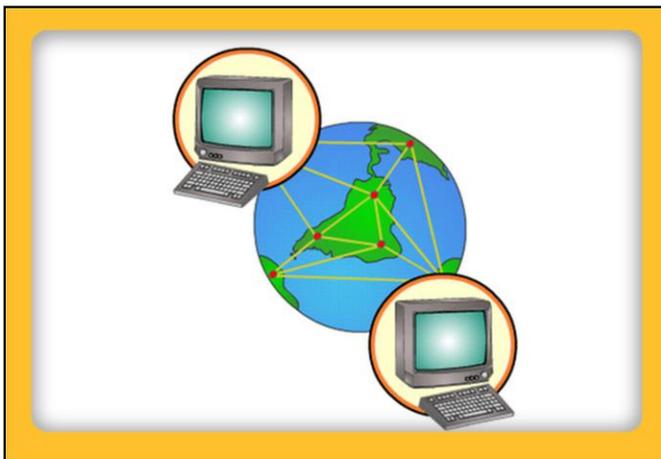
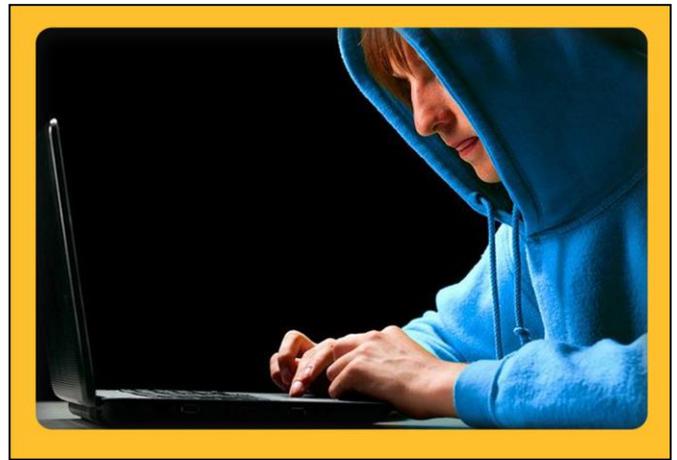
شبكة الانترنت هي عالم بأسره، به نستطيع الحصول على معلومات، ننشئ علاقات ونبني عوالم ومجتمعات افتراضية. من جهة واحدة فان الشبكة، بإمكانياتها الغير محدودة:

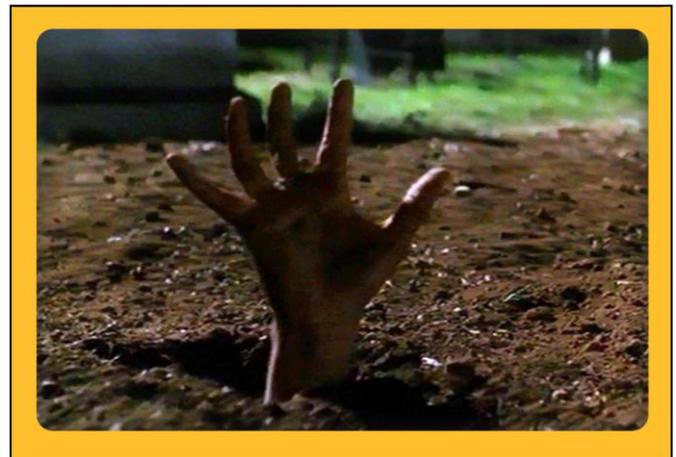
- ◆ تحسن من جودة حياة المجتمع الانساني الحديث.
- ◆ تستخدم بغرض التعلم، الإبداع والتعبير الذاتي، تجربة تشكيل هوية.
- ◆ تسمح في إنشاء علاقات اجتماعية، خلق شعور الانتماء والتقييم الاجتماعي.

لكن من الجهة الاخرى... الامكانيات الغير محدودة من الممكن أن تخلق مشاكل ومخاطر:

- ◆ التعرض لمحتوى غير مناسب.
- ◆ التعرض لمحتوى خطير ومضر.
- ◆ التواصل مع أشخاص يهدفون الى الحاق الضرر (نوايا جنسية، قومية، جنائية ) برعاية المجهولية واستخدام الهويات المزيفة.
- ◆ التشهير، الافتراء، نشر معلومات وصور شخصية بدون إذن.
- ◆ مدونات ومجتمعات التي تشجع ظواهر سلبية وخطيرة، مثل فقدان الشهية (الانوركسيا)، الانتحار، استخدام المخدرات، الكراهية والتحريض على خلفية قومية، لا سامية وعنصرية.











## إنشاء الملف الشخصي الرقمي للمجموعة

### فعالية للطايم

#### أهداف:

- ◆ التعرف على عادات التصفح والسلوك في الشبكة.
- ◆ إنشاء ملف شخصي رقمي للمجموعة.

#### مساعدات:

- ◆ هواتف شخصية
- ◆ بطاقات شبكة (الملحق أ)
- ◆ استبيان "اختبر نفسك" (الملحق ب)
- ◆ أدوات كتابة
- ◆ مخطط "ملف شخصي رقمي" (الملحق ج)
- ◆ لوح وأقلام طوش

#### مراحل الفعالية:

### المرحلة أ:

امكانية أولى:

نطلب من المشتركين إخراج هواتفهم الشخصية وتقديم أنفسهم بواسطة الصورة، تطبيق، لعبة، مجموعة **واتس اب** أو كل طريقة اخرى متعلقة بالشبكة.

الامكانية الثانية:

ننثر البطاقات (الملحق أ) التي تمثل تطبيقات أو مصطلحات تتعلق باستخدام الشبكة على الأرض، ونطلب من المشتركين اختيار بطاقة واحدة قريبة الى قلبهم.

خلال جولة نشرك ونحكي لماذا اخترت هذه البطاقة، من الممكن الاقتراح على المشتركين قص قصة حقيقية تتعلق بما تصفه البطاقة.

## المرحلة ب:

نوزع على المشتركين استبيانات "اختبر نفسك" (الملحق ب) ونطلب منهم تعبئته بشكل شخصي. في جولة نشرك نتائج الاستبيان.

## المرحلة ج:

ننشئ ملف شخصي رقمي للمجموعة (الملحق ج) ونكتبه على اللوح.

ندير حديثاً بخصوص عادات التصفح للمشاركين وطرق استخدام الشبكة في الهواتف الذكية وفق صورة الوضع التي تم وصفها في الملف الشخصي.

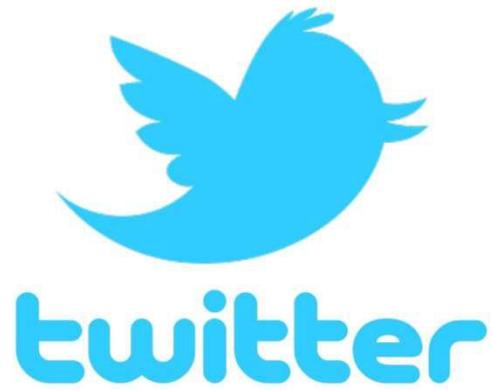
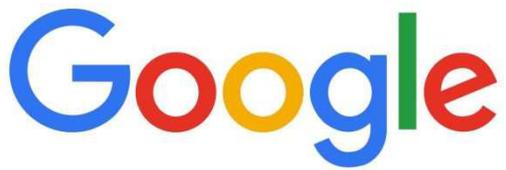
للتلخيص، نطلب من كل مشترك ذكر أمر واحد كان يريد أن يغيره أو يحافظ عليه في طريقة سلوكه في الانترنت.

بطاقات شبكة (الملحق أ)









השתק התראות למשך...

8 שעות

שבוע

שנה

הצג התראות

ביטול אישור



## اختبروا انفسكم: الى أي حد شوشت لنا التكنولوجيا حياتنا؟

(من ملحق "مامون" يديعوت أحرنونوت، 5.4.2018)

### 6 الى أي مدى تتذكرون أرقام الهاتف؟

1. فقط رقم هاتفي. الباقي يهتم بهم الهاتف
2. فقط الأرقام المهمة: للزوج/الزوجة والوالدين/الأولاد
3. نتذكر ما يقارب 15 رقم هاتف للأقارب وللأصدقاء
4. نتذكر أرقام الهواتف لأصدقاء من الثانوية

### 7 انتم تدفعون الحساب في المطعم ويجب إضافة البقسيس. انتم:

1. تطبلون من النادل إضافة 15%، لا تريدون أن تتعبوا انفسكم
2. تحسبون المبلغ بواسطة الهاتف النقال
3. تحسبون بالتقريب، في الأساس بمبالغ كاملة (دائرية)
4. تحسبون المبلغ بانفسكم بالضبط كل شافل

### 8 تلقيتم انذارا للهاتف وانتم في الغرفة الثانية. خلال كم من الوقت ستدخلوا لفحصه:

1. فوراً، ما هذا السؤال
2. في الدقيقة القريبة
3. في الخمس دقائق القريبة
4. عندما نصل الى الهاتف

### 9 تلقيتم رسائل واتس اب خلال عمل يطلب تركيز. انتم:

1. تلقون صعوبة في التركيز. يجب أن تفحصوا الرسالة
2. تحاولون التركيز، تنكسرون بعد نصف دقيقة
3. عند الاقتراب من نهاية العمل تنهزمون وتفحصون
4. لا شيء مستعجل. الرسالة ستنتظر

### 10 يجب عليكم الجلوس على وظيفة تتطلب التركيز العالي. خلال كم من الوقت ستنقلون لعمل شيء آخر؟

1. هذا أمر لا يتعدى عدة ثواني من أجل أن نتذكر أن هنالك أواني يجب أن يتم غسلها/ أن نفحص البريد الالكتروني/ أن ندخل الى الفيسبوك
2. خمسة دقائق عمل تحتاج الى استراحة في تويتر
3. ما بين ربع ساعة حتى نصف ساعة وعندها ملزمون بإيقاف عظام الدماغ
4. نجلس كل الوقت الذي يلزم. من الصعب إهانتنا

### 11 كم من الوقت تستطيعون الصمود بدون الدخول الى الفيسبوك أو الإنستغرام؟

1. لا نستطيع بدون ذلك
2. ملزمون بالدخول مرة في كل ساعة، عدا ذلك كيف نستطيع ان نعرف ماذا يحدث
3. يمكننا الصمود يوم بدون
4. من جانبنا يمكن الانفصال نهائياً/نحن لسنا هناك نهائياً

### 1 متى كانت اخر مرة قرأت بها كتاب؟

1. ثلاثين سنة، روح تذكر....
2. قبل بضعة أشهر
3. نقرأ كتاب خلال عدة أشهر جيدة
4. نقرأ كتاب مرة في الشهر على الأقل

### 2 بدأتكم بقراءة كتاب موصى به وتكتشفون انه صعب للقراءة. انتم:

1. نتوقفون عن قراءته بعد 2-3 صفحات
2. نحاولون مرة اخرى وفي حال لم نتجحوا ترموا بالكتاب
3. تصرون على قراءة 30 صفحة على الأقل قبل أن نتنازلوا
4. لا نتنازلون، التوصيات عليه جيدة

### 3 متى آخر مرة كتبتم بخط يديكم؟

1. هذا متعب، نمضي على وصل بطاقة الاعتماد فقط عندما يصرور علينا
2. احياناً في نطاق العمل/التعليم
3. نكتب بشكل دائم
4. نفضل أدوات الكتابة السابقة على لوحة المفاتيح

### 4 تسافرون في نهاية اليوم الى البيت. انتم:

1. طبعاً، تضعون waze
2. تستطيعون التعاليش بدون لكن تضعون ال
3. نحدى أنفسنا احياناً بدون ال-waze
4. لا يوجد لي waze ولن يكون لي

### 5 الى أي مدى انتم تتذكرون تواريخ اعياد الميلاد؟

1. من يتذكر؟ بفضل تسوكربيرغ نحن الأكثر اجتماعيين في العالم
2. نتذكر ما يخص الزوج/الزوجة وذكرى أيام الزواج
3. نتذكر ما يخص العائلة القريبة وما يخص عدد من الاصدقاء
4. نتذكر اعياد ميلاد الأصدقاء من الثانوية ونحرص على معاديتهم ب- "عيد سعيد" قبل يوم

### تلخيص:

- 15-11 نقطة: انتم متصلون بالتكنولوجيا 24/7 وهي تسيطر عليكم. من الممكن جداً انكم تعانيون من اضطرابات اصغاء تكنولوجيا.
- 25-16 نقطة: انتم أشخاص تكنولوجيايين ومن السهل لكم الانجذاب الى الشاشة الصغيرة، لكنكم تستطيعون التحرر منها احياناً.
- 36-26 نقطة: انتم على دراية بالتكنولوجيا لكنكم تستخدمونها فيط عندما تكون حاجة ولا تتركوها تسيطر عليكم.
- 44-37 نقاط: انتم أشخاص تمثييين في العالم الرقمي. الهاتف الذكي بالنسبة لكم هو فقط هاتف لإدخال وإخراج المكالمات ونستطيع فقط أن نغار منكم لأجل ذلك.





## الملف الشخصي الرقمي للمجموعة

اسم المجموعة: \_\_\_\_\_

رقم الطلاب: \_\_\_\_\_ نطاق الأجيال: \_\_\_\_\_

الشبكات الاجتماعية المستخدمة: \_\_\_\_\_

الألعاب المستخدمة: \_\_\_\_\_

تدرج صعوبة تعاملنا في المجموعة (تدرج بين 1-5):

\_\_\_\_\_ ساعات استخدام طويلة

\_\_\_\_\_ التعرض الى محتوى ضار

\_\_\_\_\_ إلحاق الضرر بالآخرين

\_\_\_\_\_ الاتصال مع الغرباء

\_\_\_\_\_ الانكشاف الذاتي

\_\_\_\_\_ الأحداث التي تعرض لها الأطفال في الانترنت:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ موقفكم بخصوص قراءة الرسائل في شاشات الأولاد:

\_\_\_\_\_ ماذا غير متبع العمل في الانترنت:

\_\_\_\_\_ التحكم بتعريفات البحث ومحركات البحث المنوعة:

\_\_\_\_\_ أوقات بدون شاشات في المجموعة:

\_\_\_\_\_





### مناقشة بواسطة طريقة صفحة الجمرا

#### أهداف:

- ◆ زيادة الوعي لتأثيرات ثورة الانترنت على حياتنا.
- ◆ فهم الفجوات الموجودة بين الحياة في الشبكة العنكبوتية وبين الحياة خارجها.
- ◆ تفكير وتدريب قدراتنا على إحداث تغيير واعي بسلوكنا في الانترنت.

#### مساعدات:

- ◆ بطاقات صور
- ◆ أوراق بيضاء بحجم A3 أو بريستول كعدد البطاقات
- ◆ أدوات كتابة

#### تجهيز للفعالية:

نلصق كل بطاقة في مركز ورقة ال- A3 أو على نصف بريستول ونضع الأوراق للعرض في الغرفة- يمكن وضعهم على الطاولات أو تعليقهم على الحائط كمعرض.

#### مراحل الفعالية:

##### المرحلة أ:

يتم تزويد كل مشترك بقلم ويدور بين الأوراق، يتمعن بالصورة الظاهرة ويعبر عن ردة فعله بكتابة حول البطاقة على الورقة البيضاء.

##### المرحلة ب:

نعود الى الجلسة، نتمعن في الصور معا ونقرأ رداات الافعال المكتوبة على الأوراق.

نجري حوارا حرا، نتطرق الى النقاط التالية:

- ◆ العالم تغير - نحن مشغولين في توثيق كل شيء ولا نعيش اللحظة.
- ◆ هنالك شهادة مكتوبة وشهادة مصورة عن كل عمل يتم فعله، يتحول الهاتف الى سلاح ومن الممكن أن يتحول الى دليل ضدنا.
- ◆ من لا يصور ولا ينشر غير موجود، لا اعتبار له.
- ◆ نحن منشغلين في التوثيق من أجل أن نري كم أن حياتنا كاملة ومثيرة.
- ◆ نحن ننشر كل شيء في الشبكات الاجتماعية من أجل أن نحصل على ملاحظات ايجابية (لايكات، متابعين، مشاركات) الأمر الذي يقوي احترامنا لذاتنا ولكن يدخلنا الى مصيدة التعلق بالشبكة.
- ◆ كل صورة يتم تحريرها وصلفها، استعمال الفوتوشوب، الفلاتر ويعرض وصفا مضللا لما يحدث حقا (كذب).
- ◆ أثبتت الأبحاث أن الكثير من الناس يقعون باكتئاب في أعقاب ما يرونه عند الآخرين في الشبكات الاجتماعية، يقارنون كل شيء بحياتهم المملة.
- ◆ كل شيء لحظة، هنا والان لكن نحن لا نعيش هنا، نحن منشغلون بالتوثيق.

#### ◆ fomo- fear of missing out

الخوف الاجتماعي الذي يخاف فيه الشخص من أن تفوته تجارب يجربها الاخرين. يتميز هذا الخوف في الرغبة بالحفاظ على علاقة مستمرة مع الآخرين، وقلق قهري من خوف تفويت فرصة للتواصل الاجتماعي، الرومانسي أو حدث مثير. مع تطور التكنولوجيا، التجارب الاجتماعية والتواصل توسعت من لقاء وجه لوجه الى تواصل بالانترنت. من جانب واحد، التكنولوجيا الحديثة مثل الشبكات الاجتماعية والهواتف الذكية، تسمح للأشخاص أن يكونوا اجتماعيين بسهولة، لكن من الجانب الآخر فان هذا الأمر يؤدي الى تعلق نفسي في الانترنت، الذي من الممكن أن يؤدي الى حالة من القلق عندما يشعر الشخص أنه منفصل. يوجد تأثير سلبي لقلق التفويت على الصحة النفسية للشخص، ومن الممكن أن يؤدي هذا الأمر الى مزاجيات سلبية وشعور بالإكتئاب. (من ويكيبيديا)

#### المرحلة ب

نطلب من المشتركين التفكير بنقطة هامة بالنسبة لهم والتي كانوا يريدون أن يحدثوا تغييرا بها بكل ما يتعلق بتأثير الشبكة على حياتنا.

الملحق - بطاقات صور









### التعرف على أساليب سلوكنا في شبكة الانترنت

#### أهداف:

- ◆ التعرف على أساليب سلوكنا في الشبكة
- ◆ توضيح الاتصال البشري الذي يحدثه الانترنت

#### مساعدات:

- ◆ لفة خيطان صوف
- ◆ بطاقة اسئلة

#### مراحل الفعالية:

نجلس بشكل دائري

يمسك المرشد بيده لفة خيطان صوف، يسأل أحد المشتركين سؤالا يتعلق بالسلوك بالإنترنت (تظهر أمثلة في النهاية) ويرمي اللفة تجاهه وهو ممسك بطرف الخيط. المشترك الذي تم سؤاله السؤال سيجيب على السؤال، ويوجه السؤال الى مشترك اخر ويرمي اللفة اليه وهو مستمر بإمساك الخيط. نستمر هكذا حتى يعبر الخيط بين كل المشتركين وتنشأ شبكة توصل بين الجميع.

**نسال:** "هل هذه الشبكة تذكركم بشبكة أخرى؟"

انتبهوا للتشابه الصوري لشبكة الانترنت التي تربط بين جميعنا، ما هي ايجابياتها؟ ما هي سلبياتها؟

بهدف فك الرباط الذي تم إنشائه، نسال مرة أخرى سؤالا لكن هذه المرة بترتيب معكوس، المشترك الذي تم سؤاله يسأل المشترك الذي وجه له سؤالا من قبل، وهكذا دواليك حتى تصل اللفة الى المرشد.

يمكن سؤال أسئلة من البطاقات أو السماح للمشاركين بتوجيه أسئلة وفق رغباتهم.

## مثال للأسئلة:

- ◆ تطبيق لا أستطيع بدونه؟
- ◆ بكم مجموعة واتس اب أنا نشط؟
- ◆ ما أكثر شيء أحبه في الشبكة؟
- ◆ ما هو أفضل شيء موجود في الشبكة؟
- ◆ ما هو أخطر شيء موجود في الشبكة؟
- ◆ ما هو الأمر الذي أفعله أقل مما كنت أفعله منذ أن أصبح معي هاتف ذكي؟
- ◆ كم ساعة في اليوم أنا متصل بهاتفي؟
- ◆ كم من متابع يوجد لي في الانستغرام/ أصدقاء في الفيسبوك؟
- ◆ اسم أصلي لمجموعة واتس اب أنا عضو بها؟
- ◆ هل كنت تريد أن تتعلم أمر جديد يتعلق بالشبكة؟
- ◆ أمر لم أكن لأفعله بدون استخدام الانترنت
- ◆ شيء كتبتة في الشبكة وتندمت عليه.
- ◆ هل كنت أريد أن أغير أمر بسلوكي في الانترنت؟





"الفعالية في الصف أثارت ردود فعل عاصفة شملت اعتداءات جماعية صعبة لنفس الطالب التخيلي البانس وسريعا ما خرج الوضع من السيطرة. ردود الفعل أصبحت تطرف أكثر وأكثر، حتى اضطرت الى إيقاف النقاش... لا بد لي من الاعتراف أنه ايضا في دور المرشدة ذات التجربة كان لي صعبا جدا احتواء التدايعيات وردود الفعل أثناء الفعالية. في عملية موازية جربت ما يشعرون به بشكل يومي تقريبا: الفيضان، الانجراف، فقدان السيطرة والتعرض لكلمات وتعابير صعبة. بعد نهاية الفعالية يمكن التعبير عن الأصوات، التوقف والتفكير في ماذا يحدث في ردود الفعل في الانترنت، والى أي مدى هذه التجربة من الممكن أن تطفو وتهدد شعورنا وسلوكنا في الانترنت".

(كايزر- هلر، الحياة في الشبكة، 2016)

### 2.1 خلفية نظرية: "التنظيم العاطفي في الشبكة"؟

بعد أن تعرفنا على حياة الطلاب والطاقم في الشبكة وزدنا مستوى وعينا لسلوكهم في الفضاء الافتراضي، يمكننا أن ننقل الى المرحلة الثانية في نموذج الحماية الخاص بهوريشت: مرحلة التنظيم.

مجرد تقبل استخدام وقت الشاشة كجزء لا يتجزأ من روتين حياتنا اليومية والتعرف على الحياة في الشبكة كجزء لا يتجزأ من روتين حياتنا اليومي والتعرف على الحياة في هذا الفضاء تسمح لبداية تغيير القوانين وقواعد اللعبة في الشبكة. في مرحلة التنظيم سنعمل معا على قدرة التنظيم وسيطرتنا في كل ما يتعلق بسلوك الطلاب والطاقم في الفضاء الافتراضي.

في هذه المرحلة سنحاول أن نجعل تجربة تصفحنا كجزء من روتين حياتنا بشكل ايجابي ومراقب أكثر بواسطة تأسيس مهارات التوقف، ضبط النفس، التفكير قبل العمل، تصفية ردود الفعل واختيار المنصة وتوقيتها الملائم. بشكل موازي سنعمل على قدرتنا في كبح ردود الفعل الهجومية والهجمات الشخصية والبيئية في مواضيع مختلفة تشغلنا.

التنظيم العاطفي يعتبر مهارة مهمة التي تتطور في جيل مبكر بواسطة الصلة بين الأولاد وأهاليهم. لاحقا قدرة التنظيم العاطفي مهمة لنا في كل حالة شخصية واجتماعية.

توفر لنا حياة الشبكة فرصا لا تعد ولا تحصى للتفاعلات الشخصية، العلاقات الشخصية والعاطفية التي تنتج في الغالب ردود أفعال أكثر انفعالية، فورية مع تنظيم أقل من الشكل الذي نرد فيه في حياتنا الحقيقية. احد مهامنا المهمة ستكون تعليم وتدريب الطلاب على السلوك بشكل منظم أكثر في الشبكة.

## 2.2 المهمة المركزية

عندما نحاول تدريب الطلاب على السلوك بصورة منظمة أكثر في الشبكة نرى أن مهمتنا المركزية هي المساعدة في تطوير آليات مراقبة للتنظيم العاطفي، تأخير رد الفعل والموانع في لوحة المفاتيح. كل هذا بهدف التعلم معا من خلال تمثيل شخصي الذي يشجع على تطوير التفكير التقليدي والتعاطف مع الآخر الموجود في الطرف الآخر من لوحة المفاتيح وإدخال آليات التنظيم مثل:

- ◆ التعلم المشترك المبني على المثال الشخصي للبالغ في سلوكه في الانترنت.
- ◆ تركيز مهارات التوقف، ضبط النفس، التفكير قبل العمل، تصفية رد الفعل واختيار المنصة والزمان الملائمين.
- ◆ ضبط العدوان والتهجم الشخصي والبيئي.

## 2.3 كيف نعمل ذلك بالشكل الصحيح؟

5 قوانين أساسية في طريقة هورشت (2017) للسلوك المنظم عاطفيا (ايضا) في الشبكة:

1. التعرف على السلوك العاطفي للطلاب في الشبكة وفي خارج الشبكة والكشف عن "المصيدة" (حالات صعبة للتنظيم): التفكير المشترك بخصوص حالات فقدان السيطرة بردود الفعل والحالات التي أنجح بها في الرد بشكل منظم.
2. تقليل محتويات واتصالات مع أشخاص وحالات تخرجنا من التنظيم: تجربة لأن نكون أقل عاطفيا في الشبكة. الامتناع عن ردود الفعل، الكتابة والاستخدام المكثف في الشبكة عندما أشعر بالطغيان العاطفي.
3. الرد والتحقق العاطفي فقط مع الأشخاص الذين أستطيع أن أثق بهم: ما هو التحقق العاطفي؟ لماذا نحتاج له؟ كيف نعرف بمن نتق؟ أعطوا مكانا لفعالية مع الطلاب حول السلوك والتنظيم في حالات عاطفية شديدة.
4. التعلم والتدريب على حالات يجب بها الابتعاد عن الشاشة وعدم الرد حتى نهدأ: الكشف عن المشاعر السلبية بهدف الامتناع عن ردود الفعل الغاضبة، تعلم عدم الانضمام الى شجارات وعدم الرد في وقت تشعرون به بعاطفة عاصفة شديدة.
5. تدريب على ممارسة تكتيكات التهنة الشخصية (ايضا في الشبكة): نتوقف، نفكر ونتنفس قبل الكتابة. تكلموا مع الطلاب عن التصرفات المسيئة، السلوك خلال الاساءة وأهمية تأخير رد الفعل والتوجه الى مساعدة من قبل بالغ أو صديق عند الحاجة.

## 2.4 فعاليات مع الطلاب في موضوع التنظيم

- ◆ مدح بدل التشهير-47
- ◆ كلمات على الحائط - 55
- ◆ كيفما تتكلم، هذا أنت! - 58



### أهداف:

- ◆ فهم قوة الإساءة التي تحدث في أعقاب "التشهير" في الشبكة
- ◆ فهم أسباب ظاهرة ال- "تشهير"
- ◆ إكساب طرق الرد الإيجابية والعادلة للمقولات المسيئة في الشبكة

### مساعدات:

- ◆ صور انستغرام / محادثات واتس- اب مع مكان فارغ للكتابة
- ◆ أقلام
- ◆ جزء من برنامج "الأنبوب" <https://goo.gl/YKa4nG>
- ◆ فيديو قصير "how to stop bullying" : <https://goo.gl/nF2DnX>

### خلفية للفعالية:

**التشهير-** الفضح (في الانجليزية: shaming، من الكلمة shame- الفضح) هو نشر سلوك سلبي لشخص أو علامة تجارية بهدف التشهير به، في الأساس بواسطة الانترنت والشبكات الاجتماعية.

**المدح-** عكس الذم والتشهير، نشر سلوك ايجابي، مثل أعلى وكتابة المدح بهدف تفخيم شخص واعطائه الاحترام الذي يستحقه. (بالانجليزية faming، من الكلمة fame- مدح)

### مسار الفعالية:

نعلق على جدران الغرفة بوسترات مع تشبيه لرسائل الانستغرام أو محادثات واتس- اب وبهم رسائل مسيئة ومكان فارغ لكتابة رسائل جديدة. (مرفق ملحق)

ندعو المشتركين لقراءة البوسترات وإضافة ردود لهم. ندور حول البوسترات ونقرأ الردود التي كتبت.

### في جلسة تجري حوار وفق النقاط التالية:

- ◆ هل ظاهرة ال "تشهير" معروفة لكم؟ هل تعرفون أصدقاء تمت الإساءة لهم عن طريق الكتابة عنهم في الشبكة؟
  - ◆ من بإمكانكم من الممكن أن يتم الإساءة له من الردود في الشبكة؟ من من الممكن أن يكون الطرف المسيء؟ (من الممكن أن يتم الإساءة لنا والمس بنا)
  - ◆ ما هي أسباب الظاهرة حسب رأيكم؟ (المجهولية الموجودة في الشبكة، الكتابة الى الشاشة وليس الى شخص، الرغبة في أن نكون شعبيين، عدم إدراك تبعات ما تتم كتابته)
- نتوقف لحظة ونعرض جزءا من برنامج "الأنبوب" الذي يتطرق الى التعقيبات التي تمت كتابتها عن العارضة تهونيا روبل .

نطلب من المشتركين الرد بشكل حر لجزء من البرنامج ونستمر بالحوار:

- ◆ كيف يشعر الطرف الذي تمت الإساءة إليه ومن التعقيبات المسيئة في الشبكة؟
- ◆ ماذا من الممكن أن تكون نتيجة التشهير في الشبكة؟
- ◆ ماذا نستطيع أن نعمل بهدف تقليص الظاهرة؟ لنقف ونفكر قبل أن نكتب، نتخيل أنفسنا بالطرف الثاني- كيف كنا سنشعر اذا كتبوا ذلك عنا؟)
- ◆ ماذا من الممكن أن نعمل اذا تمت الإساءة لنا بتعقيب في الشبكة؟ (الحفاظ على برودة الأعصاب، لا تستعجل في الرد، الإجابة بسخرية، الإشارك والاستشارة)

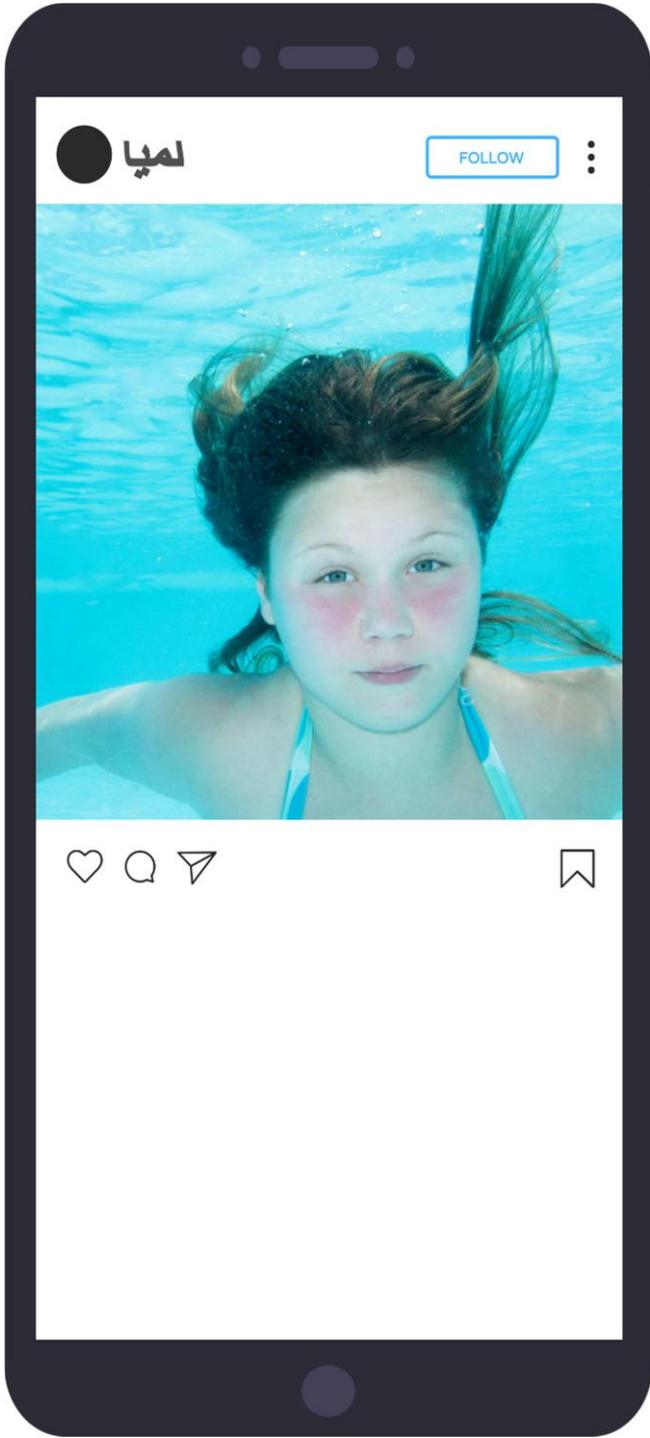
نعرض الفيديو القصير How to stop bullying الذي يوضح كيف من الممكن أن نوقف الحديث الذي من الممكن أن يتفاقم ويصبح عنيفا.

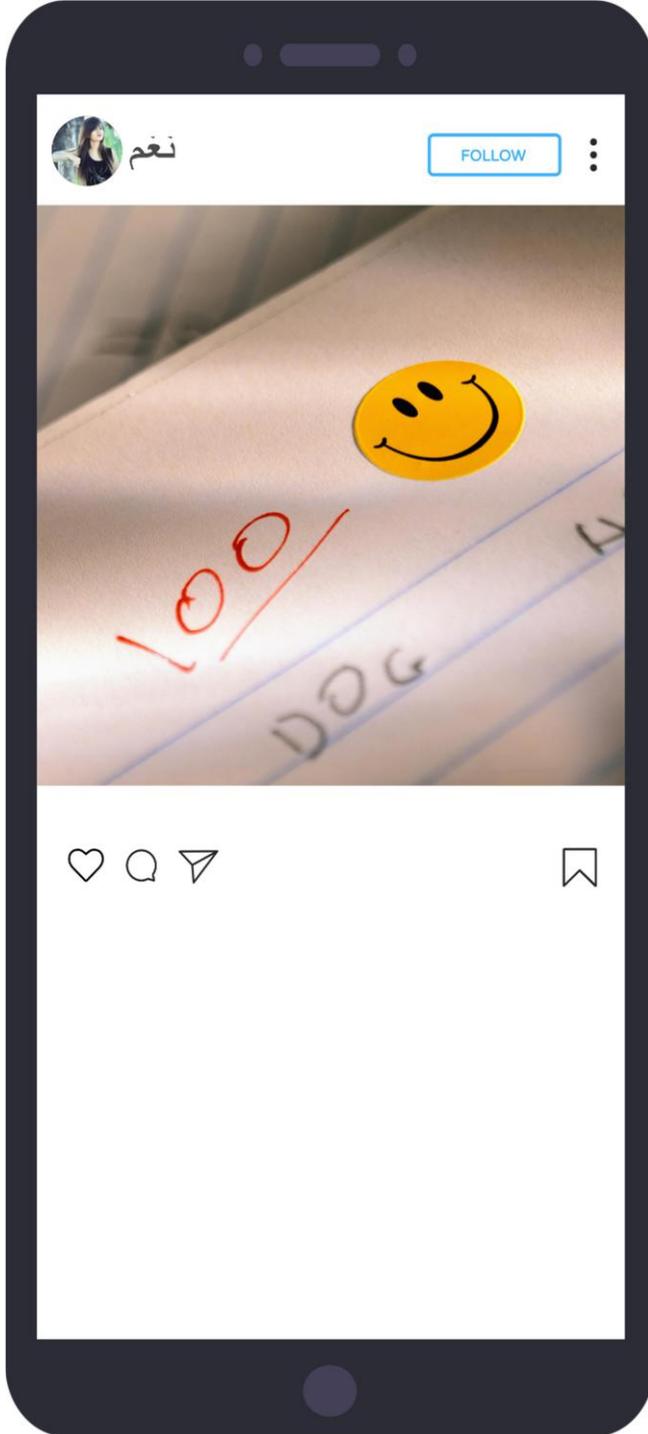
### اتفاق المجموعة- ماذا يمكن أن نفعل؟

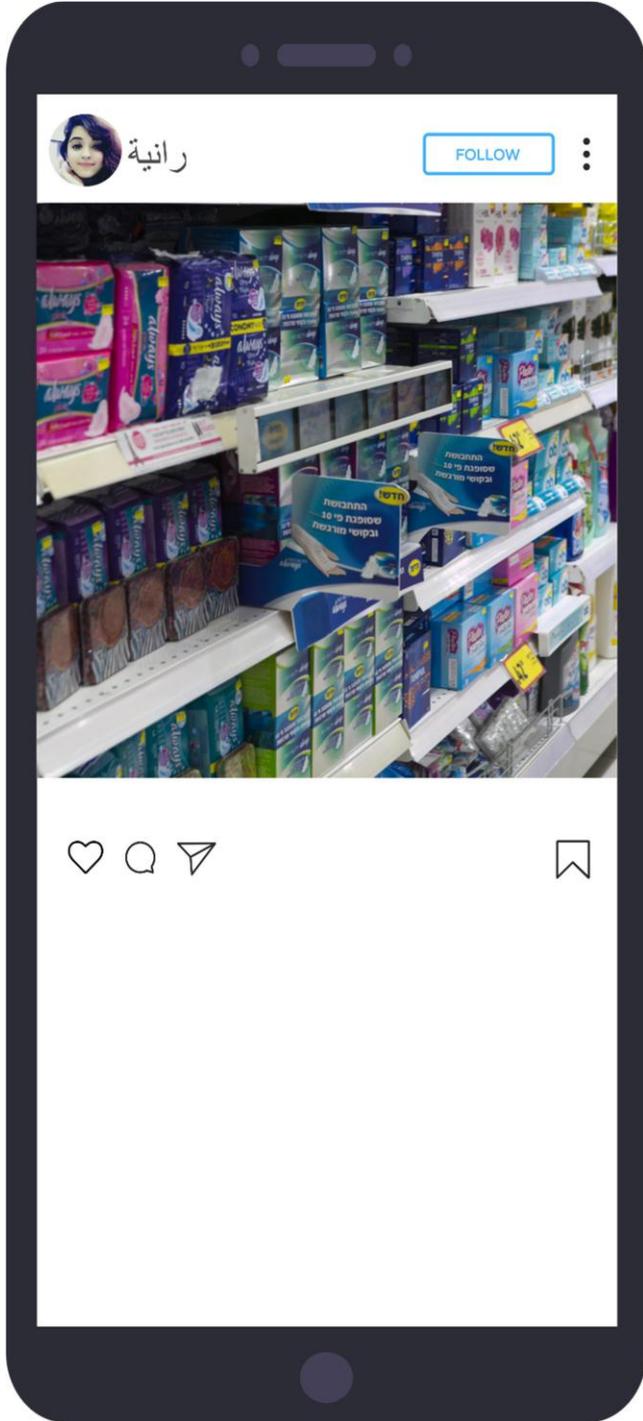
يصوغ المشتركين وثيقة للمجموعة عنوانها : ننتقل الى ifaming

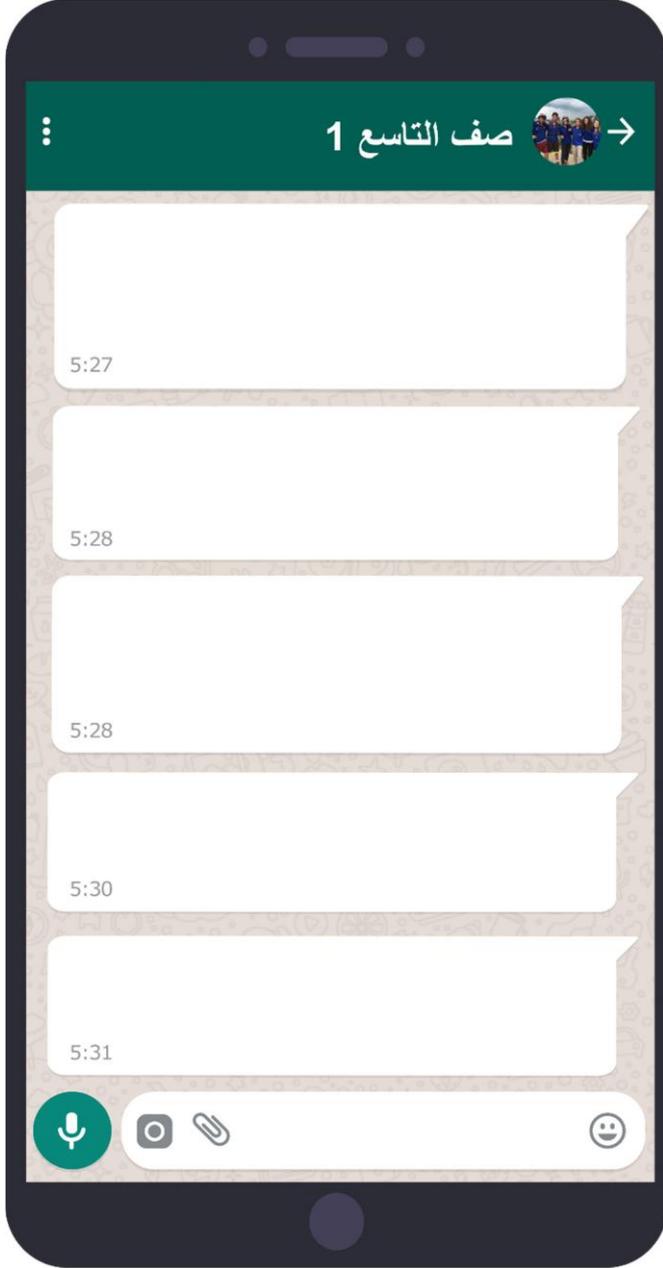
### فيديوهات قصيرة إضافية تتحدث عن الموضوع:

- نحافظ على الأولاد في الشبكة أيضا: <https://goo.gl/2XrpqN>
- هذا ما ينتظر الأولاد في الشبكة: <https://goo.gl/DX1cyW>
- الذم لا يروفتني: <https://goo.gl/KLMJQk>
- لا تشركوا لا تشركوا: <https://goo.gl/TC3zm3>
- كيف نوقف التشهير: <https://goo.gl/337TRL>
- كم تساوي ضحكاتكم بحياة الناس: <https://goo.gl/D2Mgbm>
- تعالوا نوقف هذا التشهير: <https://goo.gl/ezNFus>















كتبت: عنبار جال زيف  
من وحي: عيدن مويال، بيت الطفل كفار

## كلمات على الحائط

### فعالية الكتابة على الجدران بموضوع العنف الكلامي

#### أهداف:

- ◆ توضيح مصطلح العنف الكلامي بطريقة بصرية
- ◆ فهم قوة تأثير الكلمات المكتوبة
- ◆ حديث عن المشاعر التي تسيطر عليك في أعقاب الكلمات المسيئة
- ◆ إنشاء مرجع كلمات بديل للكلمات المسيئة

#### مساعدات:

- ◆ نايلون دفيئة بكميات كبيرة (ليغطي جدران غرفة الفعالية)
- ◆ أقلام طوش غير قابلة للمحي سميكة وملونة
- ◆ لاصق سميكة (سيمسك ثقل النايلون على الجدار)
- ◆ شريط لاصق (لتعليق الأوراق على النايلون)
- ◆ أوراق A4 كعدد الأولاد على الأقل
- ◆ أقلام طوش رفيعة وملونة

#### تجهيز للفعالية:

- ◆ نلصق النايلون على جدران النادي بصورة تغطي جميع الجدران
- ◆ نضع في وسط الغرفة:
- سلة أقلام طوش سميكة غير قابلة للمحي
- سلة مع أقلام طوش رفيعة
- أوراق A4

#### مسار الفعالية:

#### المرحلة أ

يدخل المشتركين الى الغرفة، وكل شخص يختار قلم طوش  
مرشد المجمع سيقراً حالات (من الملحق) ويكتب المشتركين على النايلون رد فعلهم لما تم قوله، بدون فلتنر، من البطن.  
يمكن ويوصى بكتابة عدد كبير من ردة الفعل.

## المرحلة ب

نجري حوار وفق النقاط التالية:

- ◆ كيف تشعرون الان- بعد أن أخرجتم شعوركم الى الخارج؟
- ◆ من يشعر أفضل؟ لماذا؟
- ◆ من يشعر أسوأ؟ لماذا؟
- ◆ هل يوجد أمر يضايق أحد منكم؟
- ◆ أي من الكلمات بارزة أكثر لكم؟ لماذا؟
- ◆ أي من الكلمات مسيئة أكثر حسب رأيكم؟ لماذا؟
- ◆ عن ماذا فعلا أردتم التعبير عنه بواسطة الكلمات التي كتبتموها؟

## المرحلة ج

ندعو المشتركين لاختيار رد فعل واحد من ردود الفعل التي تمت كتابتها على الجدار.

نطلب من كل شخص كتابة جملة أخرى مصممة بشكل غير مهين أو حاد على الورقة البيضاء.

- ◆ مرشد المجموعة سيعبر بين المشتركين ويساعد، يدقق ويوجه عند الحاجة.
- ◆ من المهم التركيز على أن الأوراق سوف تتعلق على الجدران.
- ◆ كل من أنهى سيرتي للمرشد ما كتب وبعد أن يوافق على ذلك يعلق ورقته على الجدار في مكان رد الفعل الذي اختاره.

## المرحلة د

بعد أن تم تعليق كافة الأوراق على الجدران، ندعو المشتركين لقراءة ما تمت كتابته على الأوراق البيضاء وإضافة أفكار ايجابية يستوحىها بشكل خطي.

- ◆ كيف يشعرون الان. هل تغير أمر ما في شعورهم؟
- ◆ ماذا حدث لما تم كتابته على الجدران؟
- ◆ هل حصلت على أفكار لم تفكروا بها سابقا؟

## نهاية

نقرأ "مثال المسامير في الجدار" (ملحق)

## ملحقات

### حالات للمرشد

- ♦ صاحبي "طقعلي" من خروج مشترك.
- ♦ مدير المدرسة الداخلية لا يسمح لي بالذهاب للدورة التي أحيها.
- ♦ شخص من طبقة الجيل يسبني في الواتس-اب.
- ♦ أخرجتني المعلمة من الصف خلال الدرس.
- ♦ واحد من المجموعة ضحك على لباسي.



### مثال المسامير

كان يا مكان طفل ذو مزاج سيء.  
أعطاه والده كيس من المسامير وقال له أن يدقها في الجدار الموجود في الحديقة في كل مرة ينفذ صبره أو يتقاتل مع أي شخص.  
في اليوم الأول، دق 37 مسمارا في الجدار.  
في الأسابيع التالية، تعلم أن يسيطر على نفسه وقل عدد المسامير المدقوقة في الجدار يوما بعد يوم:  
لقد اكتشف أنه من الأسهل أن يسيطر على نفسه من أن يدق المسامير.  
في النهاية، جاء اليوم الذي لم يدق الطفل أي مسمار في الجدار.  
ذهب الى والده وقال له أنه في هذا اليوم لم يدق أي مسمار.  
عندها قال له أبوه أنه عليه أن يخرج مسمارا من الجدار في كل يوم لم يفقد أعصابه فيه.  
مرت الأيام حتى أتى اليوم الذي بشر الطفل والده أنه أزال جميع المسامير من الجدار.  
قاد الأب ابنه الى الجدار وقال له أنه تصرف بشكل جيد، لكن أنظر الى كل الحفر التي تركتها في الجدار.  
الجدار لن يعود كما كان في السابق.  
عندما تنتشاجر مع أحد ويقول لك أمر سيء، ستترك له ندبة كهذه.  
يمكنك أن تغرز سكين بشخص ما وبعد ذلك اخراجها، لكن سيبقى الجرح.  
غير مهم كم مرة ستأسف، سيبقى الجرح.  
الإساءة الكلامية توجع بالضبط مثل الإساءة الجسدية.  
الأصدقاء مجوهرات ثمينة، يجعلونك تنبتسم ويشجعونك.  
مستعدون للإصغاء لك عندما تكن بحاجة لذلك، يدعمونك ويفتحون قلوبهم.  
أر أصدقائك كم تحبهم."



## فعالية في أعقاب "أغنية التشهير"

### أهداف:

- ◆ فهم المصطلح "تشهير" و "كلمات مسيئة"
- ◆ فهم معنى الإساءة لنا والأصدقاء من هذه الكلمات

### مساعدات:

- ◆ أغنية "التشهير" من مهرجان 2015- كلمات مسيئة:  
<https://www.youtube.com/watch?v=0lymxjeqqw>
- ◆ شرائح عرض للعرض مع كلمات الأغنية: <https://goo.gl/jly1qu>
- ◆ لوح
- ◆ بطاقات Post it
- ◆ أدوات كتابة وأقلام طوش
- ◆ بريستول

### مسار الفعالية:

#### القسم أ

نعرض للمجموعة كليب أغنية الـ "تشهير".

نجري حوارا قصيرا في أعقاب مشاهدة الفيديو كليب:

- ◆ عن أي موضوع تتحدث الأغنية؟
- ◆ هل صادفتم بأنفسكم استخدام كلمات مسيئة حولكم؟ تجاهكم؟
- ◆ هل صادفتم كلمات مسيئة تمت كتابتها في الشبكات الاجتماعية؟ كيف كانت ردة فعلكم؟
- ◆ هل كنتم مرة أمرا مسيئا عن شخص معين؟
- ◆ ماذا يشعر حسب رأيكم من كنتم عنه كلمات مسيئة في الشبكة؟
- ◆ هل كتبوا عنكم ردا مسيئا؟
- ◆ ماذا كنتم تريدون أن تقولوا للمجموعة؟ ماذا كنتم تريدون قوله لمن كتب عنكم؟

## القسم ب

نعرف معا "كلمات مسيئة"- ما هي الكلمات المسيئة التي تسيء لنا ولا يجب أن نقولها حتى بـ"مزحة".

- ◆ كل مشترك يحصل على عدد من بطاقات الملاحظة ويطلب منه تسجيل الكلمات المسيئة عليها.
- ◆ نركز كل الكلمات في السلة. نسحب ورقة بعد ورقة، نقرأ ونلصق على اللوح الكلمات المشابهة ونلصقهم واحدة بجانب الثانية.
- ◆ نحول الانتباه الى الكلمات التي تعود الى نفسها بوتيرة عالية.
- ◆ نلخص هذا الجزء بكلمة واضحة أن "كل الكلمات تعتبر مسيئة، نشير اليهم على أن هذا عنف كلامي، ورد الفعل لهذه الكلمات هو كرد فعل مسيء أو عنيف".

## القسم ج

نعرض شرائح العرض مع كلمات أغنية "التشهير".

نقسم المشتركين الى أزواج أو ثلاثيات.

كل مجموعة تحصل على بريستول وأقلام توش ونطلب منهم تصميم إعلان تظهر به جملة من الفيديو كليب.

جميع الإعلانات ستظهر في محيط المجموعة أو الداخلية.

نقسم المشتركين الى أزواج أو ثلاثيات.

نعطي لكل طاقم بطاقة صورة.

نطلب من المشتركين التمعن في البطاقة وكتابة رأيهم حول ماذا تصف البطاقة، ما رأيهم بخصوص ما يظهر بها، هل هذا يعتبر ايجابيا أم سلبيا في استخدام شبكة الانترنت؟

في جلسة، نجري حوار حول الايجابيات والسلبيات والجوانب الغير معروفة في شبكة الانترنت بالاستمرار على مشاركة وصف البطاقات.

## اقتراحات لوحدات إضافية التي من الممكن دمجها في الفعالية

### ● كلمات جيدة

على كل ورقة ملاحظات معلقة على اللوح وعليها كلمة مسيئة، نضع كلمة جيدة ومعززة.

### ● الحرب والسلام مع الورق

#### مواد:

أوراق، أقلام، ألوان، شريط لاصق، لاصقات ملونة، أشرطة مواد إبداع مختلفة.

#### مسار الفعالية:

- أ. نطلب من المشتركين تذكر قتال صعب مع صديق وكان به غضب كبير، إهانات وحتى ضرب. عليهم أن يأخذوا الورق واخراج كل الغضب الذي يتذكرونه عند تذكرهم القتال على الورق.
- ب. بعد أن أفرغوا جل غضبهم على الورقة، نطلب من المشتركين التطرق الى الوقت الذي مر من يوم القتال. الغضب هدأ، هناك شعور بعدم الراحة من الإساءة المتبادلة. من الممكن أن تكون حاجة للتأسف، المصالحة، محاولة تصليح ما كان والعودة كأصدقاء. نطلب من كل شخص أن يعاود اصلاح الورقة, تصحيحها، إلصاق التمزقات، ومن الممكن أيضا التجميل والتزيين.
- ج. نطلب من الجميع عرض الأوراق التي تم "تصليحها" والمزينة. نلفت انتباههم أنه تم التعب على هذه الأوراق لتعود كما كانت لمن لم تعد بالضبط كما كانت. حتى الان يمكن رؤية التجعدات والتمزيقات التي حصلت عند الغضب.
- د. هذا هو الوقت للتحدث عن معنى الإساءة, كلمات مسيئة لا تختفي, تبقى كندبات. نتذكرها نتألم منها، حتى لو استمرينا قدما. هي لا تختفي ولا يمكن إرجاعها للمرسل.



"عندما نأتي لتصميم الشخصية السلطوية الجديدة، يتم التركيز على ردود فعل الولد وتطبيقه على شخصية السلطة. تصبو السلطة في كل مرة الى تحقيق الطاعة الكاملة والفورية. الطاعة بشرط، الطاعة المدروسة، أو الطاعة الجزئية تم اعتبارهم من علامات السلطة الضعيفة، في أيامنا أصبحت الطاعة التلقائية علامة للفشل في التربية. على صاحب السلطة يجب أن يجرب بأن سلطته غير متعلقة بالسيطرة على الولد وهذه التجربة تنضج تدريجيا. فهم أن السيطرة غير مرغوبة وغير ممكنة تخلق تغييرا تدريجيا في ردود الأفعال الجسدية لصاحب السلطة".

(حاييم عومر، السلطة الجديدة"، 2008)

### 3.1 خلفية نظرية: معنى تأسيس الحدود السلطوية في حياة الشبكة عند الطلاب

السلطة والحدود هي مواضيع معروفة لنا من مجالات كثيرة في حياة المدرسة الداخلية.

الحدود الداخلية في السلوك تحافظ وتحمينا بالضبط مثلما تحمي الحدود السياسية أماكن سكننا.

التفكير بخصوص حدود واضحة في مجال استخدام الأطفال وأبناء الشبيبة في الشبكة مهمة بشكل كبير. الكثير من الأهالي والمربين قلقون من وضع حدود واضحة لاستخدام الانترنت من قبل الأولاد لأسباب مختلفة. نقطة انطلاقنا يجب أن تكون فهمنا بأننا لا نعاقب الطلاب عندما نأسس الحدود الواضحة لاستخدام الشبكة، انما نساعدهم على تعلم كيفية الحفاظ على شعور الأمن الجسدي والعاطفي ايضا في الفضاء الافتراضي.

لكن قبل أن نتعمق في موضوع الحدود في الشبكة، من المهم أن نفهم أنه لا يمكن وضع حدود حقيقية بدون علاقة سلطوية وذات ثقة في أعين الطلاب، وكما هو معروف لكل من يعمل في مجال التربية أن هذه المهمة غير سهلة أبدا.

يهدف تأسيس السلطة الصحيحة، كذلك التي تسمح ببناء حدود استخدام امن وايجابي من أجل الطلاب في الشبكة، يجب التفكير أولا بالجوانب المختلفة لسلطة المربين في حياة الطلاب.

معنى كلمة سلطة هي أولا أن تكون بجانب- أن تكون على علاقة، أن تكون قريب، هذا القرب من الطلاب تمت تقويته في مرحلة الإدراك عن طريق تعرفنا العميق على حياة الشبكة الخاصة بهم.

نطلب في هذه المرحلة تعميق قدرتنا في تأسيس الحدود الشخصية والجماعية في مساحات الشبكة.

الكثير من الأهالي والمربين يخافون من ردود فعل رافضة وغاضبة من قبل الأطفال والشبيبة مقابل كلمات وقرارات سلطوية في موضوع استخدام الانترنت. لكن من المهم أن نذكر أن الحديث عن رد فعل عادي والشكل الذي سنرد به على الاعتراض وغضب الطلاب هو الذي سيرجح اتجاه تنفيذ الحدود.

نحن في هورشت نرى أن هناك اثنين من ردود الفعل الشائعة للقاء الغضب ورفض الطلاب: إهانة من قبل البالغ والتراجع عن الحدود أو الاستقرار ل- "محاوية على الشبكة" ومواجهة صعبة معهم حول الموضوع. ردود الفعل المذكورة من الممكن أن تسبب تحصن كل طرف من الأطراف خلف مواقفه والابتعاد عن وضع الحدود للاستخدام الامن للشبكة.

نحن نؤمن في هورشت بالحدود الناتجة من مكان قيم وحقيقي للبالغ الذي يضعها. لهذا علينا البدء أولا بالتفكير بأنفسنا ما هي القيم المهمة لنا كبالغين حول استخدام الطلاب للشبكة، فقط من هذه النقطة نخرج في طريق وضع حدود استخدام واضحة، منتظمة ومتسقة لمجموعة الطلاب في المدرسة الداخلية.

## 3.2 المهمة الأساسية:

مهمتنا المركزية في موضوع الحدود والسلطة هي وضع حدود واضحة ومتسقة لاستخدام الانترنت الناتجة من أنظمة القيم التابعة للمدرسة الداخلية.

من المهم أن نذكر أن هناك وهم الحرية في الشبكة. الطلاب بحاجة الى سماع وفهم أن ليس كل شيء مسموح ومتاح في الفضاء الافتراضي وان عملية تأسيس القيم، السلطة والحدود هي أمر إلزامي لكل أعضاء المجموعة في الداخلية.

## 3.3 كيف نعمل ذلك بشكل صحيح؟

هدفنا في هذه المرحلة هو تأسيس سلطة الطاقم في الداخلية ووضع الحدود للاستخدام الصحيح في الشبكة.

نحن لا نريد الوصول لطاعة كاملة وعمياء من قبل الطلاب، انما الوصول معهم الى عملية تفكير مع الحدود الداخلية ومعانيها.

عندما نبدأ في فعالية تأسيس الحدود علينا أولاً أن نسأل أنفسنا عدة اسئلة:

- ◆ ما هي القيم المهمة لنا حول نشاط الطلاب في الشبكة؟
- ◆ ما هو الصحيح أو "جيد" العمل في الشبكة، وما هو أقل صحة؟
- ◆ كيف نتوقع من الطلاب التصرف في الشبكة؟ لماذا؟
- ◆ ما هي الأوقات والأماكن المسموح أو غير المسموح بها استخدام الشبكة؟
- ◆ ما هي التصرفات المقبولة والتصرفات الحمراء؟
- ◆ ماذا غير مقبول أن نقول؟
- ◆ كيف يتوقع منا التصرف في الشبكة عندما يساء لأحد ما؟

من المهم أن نذكر أننا كطلاب نصبح وسطاء مهمين للطفل. نحن نريد مساعدة الطلاب للوصول الى وضع تكون طريقهم في الشبكة واضحة وثابتة بالنسبة لهم، وضع يفهمون به بأنفسهم ما هي حدود الاستخدام الصحيحة من أجلهم، يعرفون ما هي القيم الرائدة ووفق ذلك يشقون الطريق الى السلوك الحكيم والمتسق في الشبكة.

الشعور بالحماية الممنوحة لنا من قبل آخر مهم تساعدنا في الحماية والتنظيم الشخصي. استيعاب هذا الشعور يساعدنا على الاستمرار والشعور بالحماية حتى بدونه.

نحن في هوريشث نؤمن أنه قبل أن نتكلم عن الحدود بين الأشخاص من المهم أن نبنى الحدود الشخصية خاصتنا لاستخدام صحيح في الانترنت ولهذا من الأفضل العمل وفق عدد من المراحل البسيطة:

1. إعطاء انتباه خاص لأوقات استخدام الطلاب للشبكة وللمحتويات التي يستهلكونها: أين يتخطون حدود الاستخدام للمجموعة في الداخلية.
2. التعلم المشترك لتعريفات الأمان والخصوصية في الشبكة.
3. تأسيس وتحديد الحقوق والحدود للسلوك الصحيح في حالات مختلفة مثل- ماذا نفعل عندما يصلني فيديو مسيء؟ ماذا يمكن العمل عندما يسيء احد ما لصديق في الشبكة؟
4. حوار، تعلم، تدريب وتمثيل حالات مختلفة وتوسيع طريقة ردود الفعل الممكنة للسلوك أمام أصدقاء ومجموعات في الشبكة.

نصيحة صغيرة للطريق: تذكروا. الغضب هو جزء من مجموعة مشاعرنا جميعا. حاولوا احتواء غضبكم وغضب طلابكم في هذه المرحلة وعدم الخوف منه... صعب؟ ارجعوا على مرحلة التنظيم!

### 3.4 فعاليات مع الطلاب في موضوع الحدود

- ◆ الخط الأحمر بالنسبة لي - 64
- ◆ من يختبئ خلف القناع - 69
- ◆ الخصوصية في الشبكة - 85



## الآمن في الشبكة

### أهداف:

- ◆ فهم حدودنا الخاصة في السلوك بالانترنت.
- ◆ فهم معاني وتبعيات السلوك بدون حدود في الشبكة.
- ◆ التعرف على قدرة سيطرتنا في استخدام الهواتف، بالإشراك في الشبكات الاجتماعية وألعاب الشبكة.

### مساعدات:

- ◆ فيديو قصير [undo](https://goo.gl/EZ4Pdr): <https://goo.gl/EZ4Pdr>
- ◆ شريط لاصق أحمر
- ◆ بطاقات "حقيقة أو واجب"
- ◆ زجاجة فارغة

### مسار الفعالية:

#### المرحلة أ

نعرض الفيديو القصير UNDO

نشارك بشكل حر في الأفكار والاستنتاجات التي تظهر من الفيديو .

#### المرحلة ب- انعكاس المواقف

نضع اشارة خط أحمر على الأرض بواسطة شريط لاصق.

ندعو المشتركين للجلوس في دائرة حول الخط الأحمر.

ندور الزجاجة (مثل لعبة "حقيقة أو واجب") حتى نتوقف مقابل أحد المشتركين.

المشارك الذي توقف غطاء الزجاجة أمامه سيتم سؤاله من قبل المشارك الذي يقابله.

يتم اختيار الاسئلة من كومة البطاقات.

عند الانتهاء من كل حلقة المجموعة نتوصل الى اتفاق اين يجب وضع البطاقة- قبل أو بعد الخط الاحمر.

#### اسئلة للنقاش:

- ◆ من يقرر أين يوجد الخط الأحمر بالسلوك في الانترنت؟
- ◆ ماذا يمكن أن تكون نتائج السلوك بدون حدود في الشبكة؟
- ◆ كيف يمكن أن نسيطر على سلوكنا في الشبكة؟

## حقيقة

تعدي الحدود أم لا؟

أصغر جيل تعرفه أنت فعال في الانستغرام

عليك الحديث عن... **الزمام**

اختي البالغة من العمر 10 سنوات فتحت حساب انستغرام

## حقيقة

تعدي الحدود أم لا؟

ماذا من الممكن أن يحدث عند مراسلة منتحل شخصية في الشبكة

عليك الحديث عن... **الزمام**

دخلت الى لعبة شبكة وأدخلت تفاصيل مزيفة عن نفسي

## حقيقة

تعدي الحدود أم لا؟

حدث مخجل تم نشره في الشبكة

عليك الحديث عن... **الزمام**

صديق أرسل صورتك المخجلة في مجموعة الواتس اب للمجموعة

تعدي  
الحدود  
أم لا؟

# حقيقة

حدث أساء لأحد ما نتيجة المراسلة  
في مجموعة واتس اب

عليك  
الحديث  
عن...

# الزام

تمت إقامة مجموعة واتس اب للمجموعة  
بدون ضم واحد من الطلاب

تعدي  
الحدود  
أم لا؟

# حقيقة

الوقت الذي تريد فيه الانفصال  
بشكل نهائي من الشاشات

عليك  
الحديث  
عن...

# الزام

أنا احب مشاهدة الفيديوهات  
القصيرة في اليوتيوب أثناء الأكل

تعدي  
الحدود  
أم لا؟

# حقيقة

صديق جيد تعرفت اليه عن  
طريق الشبكة

عليك  
الحديث  
عن...

# الزام

رجعت الى رقم غير معروف  
الذي اتصل بي عدة مرات

قصة شخصية تم نشرها في  
الشبكة بدون موافقة

عليك  
الحديث  
عن... **الإزام**

تعدي  
الحدود  
أم لا؟ **حقيقة**

احدى الصديقات نشرت في  
الانستغرام صورة أظهر بها  
بدون أخذ موافقتي لذلك

حالة فيها أحد الأشخاص نشر  
صورة كاشفة له في الشبكة

عليك  
الحديث  
عن... **الإزام**

تعدي  
الحدود  
أم لا؟ **حقيقة**

نشرت صورتي بملابس البحر على  
حساب الانستغرام الخاص بي

حالة بها تم تضمينك في صورة أو فيديو  
قصير بدون أن تريد أن يتم نشر ذلك

عليك  
الحديث  
عن... **الإزام**

تعدي  
الحدود  
أم لا؟ **حقيقة**

صديقة نشرت في اليوتيوب فيديو قصير  
للمجموعة وهي ترقص رقصا موسيقيا

حالة بها شخص انتحل شخصية آخر  
في الانترنت

عليك  
الحديث  
عن... **الزام**

تعدي  
الحدود  
أم لا؟ **حقيقة**

أنا أتراسل مع واحدة من عمري قرابة  
شهر وهي تبدو جميلة وتريد أن نتقابل

فيديو غير لطيف رأيته في الشبكة  
وتندمت أنك شاهدته حتى النهاية

عليك  
الحديث  
عن... **الزام**

تعدي  
الحدود  
أم لا؟ **حقيقة**

أرسلت فيديو مخيف استلمته الى  
مجموعة الصف



### الأمان في الشبكة

#### أهداف:

- ◆ فهم أن الانترنت يعتبر حيزا مخترقا لإنشاء ملفات شخصية مزيفة
- ◆ فهم حقيقة أنه من الممكن أن يكون اختلافا بين الصورة التي ينظر فيها الشخص لنفسه وبين الصورة التي يعرف فيها عن نفسه في الشبكة.
- ◆ تطوير تقنيات للسيطرة على النفس من أجل منع حالات الإساءة في الشبكة.

#### مساعداً:

- ◆ جزء من مسلسل "نابسو": <https://goo.gl/fmreCr>
- ◆ أقنعة
- ◆ أوراق شدة "كيف سيكون رد فعلي"
- ◆ فيديو قصير "محتالون في الشبكة": <https://goo.gl/FNeFWn>
- ◆ فيديو قصير "أمان في الشبكة" من موقع "برينوب" للطلاب الشباب: <https://goo.gl/8R1UDn>
- ◆ فيديوهات قصيرة من موقع "الغيمة التربوية" التابعة لوزارة التعليم: <https://goo.gl/e4Pjdd>

#### خلفية للمرشد:

شبكة الانترنت مفتوحة أمام الجميع، كل شخص يستطيع اختيار كيف يعرف عن نفسه وليس دائماً توجد طريقة لمعرفة من يقف قبالتنا في الفضاء الافتراضي.

### من السهل الإساءة في الشبكة للأسباب التالية:

- ◆ من الممكن استخدام الهويات المزيفة، وانتحال شخصية شاب موجود معنا في المدرسة أو يسكن في حيننا.
- ◆ في الشبكات الاجتماعية وفي المواقع المشابهة نحن موجودين لوحدها، ولهذا فنحن محميون بشكل أقل.
- ◆ يوجد الكثير من المعلومات الشخصية في الانترنت: أسماء، عناوين وأرقام هواتف. أحيانا يمكن للجاني استخدام هذه المعلومات بشكل سيء.
- ◆ الكثير من الأشخاص يكتبون وينشرون تفاصيل شخصية عن أنفسهم، يشاركون بأحداث حصلت معهم، بصور وفيديوهات قصيرة وهناك من يستغل هذا الأمر لأهداف سلبية.
- ◆ يجب أن نميز بين ملف شخصي مزيف و ملف شخصي انتحالي، الملف الشخصي المزيف يعرض شخص غير موجود ويستخدم هوية مزيفة، لكن الملف الشخصي انتحالي يستخدم تفاصيل شخص حقيقي آخر ويقوم بنشاطات في الشبكة تحت اسم نفس الشخص.

الانتحال هو مخالفة جنائية.

### كيف يمكن معرفة إذا ما كان الملف الشخصي مزيفاً؟

- ◆ صور الملف الشخصي تبدو مهنية وجودة أعلى من المعتاد
- ◆ ملف شخصي نشاطه قليل- يقلل من التواصل مع أشخاص آخرين
- ◆ القليل من المعلومات الشخصية
- ◆ عدد كبير جداً أو قليل جداً من الأصدقاء
- ◆ مخزن قليل من الصور و/أو الفيديوهات الصغيرة
- ◆ تضمينات كثيرة للصور

ومع ذلك من المهم أن نتذكر وجود تزييفات مهنية التي حتى أشخاص بالغين ومتمرسين يجدون صعوبة في كشفهم ولهذا يجب أن نكون منتبهين، لكي لا نقع في المصيدة...

### مسار الفعالية:

شبكة الانترنت مفتوحة للجميع، كل شخص يمكنه اختيار كيف يعرض نفسه وليس دائماً يمكننا أن نعرف من يقف قبالتنا في الفضاء الافتراضي.

### المرحلة أ

نعرض جزء من المسلسل "نابسو"

نابسو هي كوميديا اسرائيلية عن عائلة مختلطة مركبة من أب أثيوبي، أم أشكنازية، ابنته الصغيرة وعائلتهم الواسعة بخصوص كل الحالات المضحكة – الممرارة المتعلقة بهذا الوضع.

ان الجزء الذي نتحدث عنه يعرض بشكل كوميدي مجموعة واتس- اب لابن العائلة والتي يعرض كل واحد من المشتركين فيها لقب مزيف، والصلة بين اللقب الذي تم اختياره للشخصية الحقيقية منفصل تماماً عن الحقيقة.

نسأل الطلاب اذا كانوا يعرفون حالات مشابهة في حياتهم؟ نشجع على إعطاء أمثلة.

### المرحلة ب

نضع الأقتعة للشخصيات المختلفة على الطاولة ونطلب من كل مشترك اقتناعين لنفسه لشخصيات مختلفة.

1. نختار عمل دائرة واتجاه وكل شخص يختار بدوره ورقة شدة من كومة أوراق الشدة الموضوع على الطاولة: الورقة تصف حالة اساءة أو معضلة في الشبكة. المشترك الذي رفع الورقة يختار أن يوجه المعضلة لأحد المشتركين أو للقناع الذي اختاره.
2. المشترك أو القناع الذي تم اختياره يجيب على المعضلة التي عرضت أمامه.

### 3. نقاط للحوار بعد اللعبة:

- ◆ لماذا الأشخاص يعرفون عن أنفسهم بشكل مختلف في الشبكة؟ ماذا يربحون من ذلك؟ (شعور السيطرة التي يحصلون عليها عندما يختبئون خلف قناع، الرغبة في المحافظة على المجهولية مقابل الرغبة في الانكشاف والاشراك، الشعور بالاشتمزاز من الانكشاف في الشبكة)
- ◆ هل من السهل الدخول الى رأس شخص اخر؟ هل صعب؟ لماذا؟
- ◆ كيف يشعر الطرف الثاني؟ هل يشعر بأمان في الشبكة؟ هل يشعر بأنه محمي؟ هل يعرف من يقف قبالتة؟ (شعور عدم السيطرة، عدم الحماية، عدم الأمان)
- ◆ الى ماذا يؤدي هذا الشعور؟ (الرغبة في حماية نفسي، وأنا ايضا ألعب نفس اللعبة وأختبئ خلف قناع)
- ◆ لماذا حسب رأيكم من السهل الإساءة أكثر بواسطة الانترنت من العالم الحقيقي؟
- ◆ لأي من المخاطر يتعرض الأولاد عند تصفح الانترنت؟ (المضايقة، الابتزاز والتهديد، السرقة وحتى الإصابة الحقيقية)
- ◆ يوصى بعرض الفيديو القصير "محتالون في الشبكة" الذي يعرض أحداث حقيقية والتي بها وقع أشخاص بالغين ضحايا للانتحال في الشبكة.

4. نلخص بواسطة الفيديو القصير "الأمان في الشبكة" من موقع "برينبوب" أو من مختلف الفيديوهات القصيرة في الإرشاد الموجودة في موقع "الغيمة التعليمية" التابع لوزارة التربية.

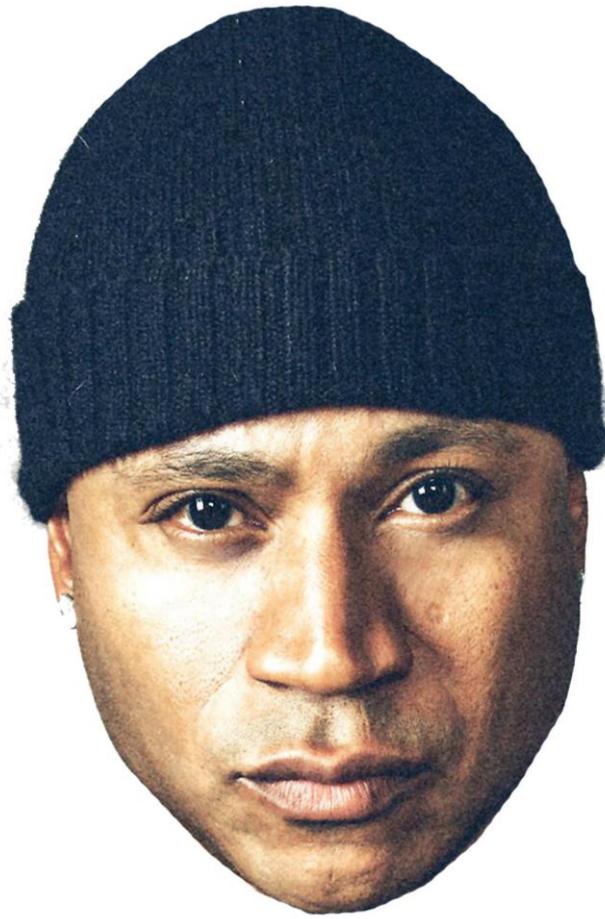
## أقنعة:

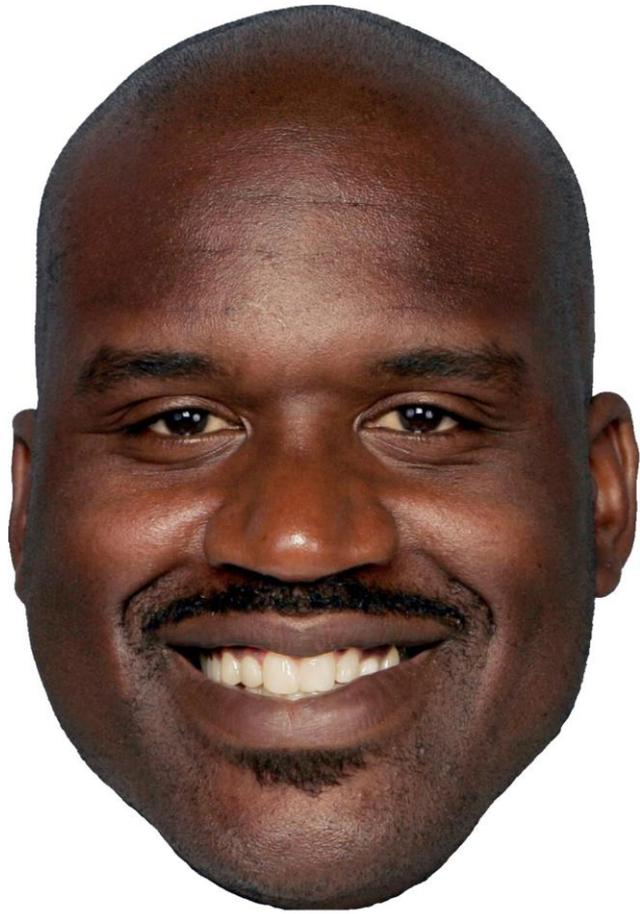














عرضوا صورة مخجلة لي في  
مجموعة الواتس- اب التابعة  
لطبقة الجيل

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

تلقيت فيديو قصير وهو حسب  
رأيك مروع والجميع يضحك  
منه ويتكلم عنه

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

نشروا في الانستغرام صورة  
كاشفة لصديقتك

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

تم فتح مجموعة كراهية تشهير  
وإهانات ضد أحد اصدقائك

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

"نزلوا عليك" بسبب فيديو  
قصير صورته في ميوزيكالي

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

خسرت أمام صديق 300 شاقل  
جديد في لعبة انترنت. لا يوجد  
لديك طريقة لدفعها وهو يهددك  
أنه سوف يعلق الحساب بطريقة  
أخرى

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

يضيفونك مرة بعد مرة الى  
مجموعة لا تريد أن تكون بها

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

تلقيت في التثقات صور غير  
أخلاقية من شخص لا تعرفه

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

شخص تحبه طلب منك أن ترسل  
له صورتك بدون ملابس

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

استلمت ثمانية رسائل تسلسلية  
وأنت خائف جدا من حصول  
شيء لك في حال لم تستمر في  
تحويلهم للاخرين

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

شخص تتراسلين معه في  
الانستغرام يريد لقائك في نهاية  
الاسبوع على شاطئ البحر في تل  
أبيب

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

تلقيت طلب لإدخال تفاصيل  
بطاقة اعتماد في لعبة بالإنترنت،  
عدا ذلك لن تستطيع الاستمرار  
في اللعب

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

تتلقى رسائل وصور مزعجة  
بالواتس-اب من شخص لا  
تعرفه

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

تم ضمك الى مجموعة لا  
تعرف فيها أي أحد وأنت لا  
تريد ان، تكون عضوا فيها

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟

خلال مشاهدة فيديو قصير تقفز  
أمامك مرة تلو الأخرى دعايات  
لمواقع إباحية

كيف  
سيكون  
رد فعلي؟





### الحق في الخصوصية في شبكة الانترنت

#### أهداف:

- ◆ زيادة الوعي أن الانترنت يحتوي معلومات كثيرة عنا.
- ◆ فهم أن بيدنا امكانية السيطرة على تشارك المعلومات الشخصية والخاصة عنا.
- ◆ تأسيس قوانين وقواعد لسلوك آمن في الشبكة

#### مساعدات:

- ◆ فيديو تجربة اجتماعية: <https://goo.gl/FzXRQC>
- ◆ فيديو قصير "قارئ الأفكار": <https://goo.gl/WwocNk>
- ◆ بطاقات إشارات المرور وفق عدد المشتركين (الملحق 1)
- ◆ بطاقات مقولات (الملحق 2)
- ◆ ورقة "قواعد السلامة في الشبكة" (الملحق 3)

#### خلفية للمرشد:

الانترنت والشبكات الاجتماعية، تأخذ جزءا أكبر وأكبر في حياتنا الخاصة والاجتماعية. الكثير من الأمور في حياتنا التي كانت مرة خاصة ومعروفة فقط لنا، أصبحت اليوم مكشوفة للجميع وقدرتنا على الحفاظ على خصوصيتنا، تقل بالتدرج. ان تفاصيلنا الشخصية، يتم تجميعها، تحليلها وحتى بيعها من قبل أصحاب مصالح، ولا يوجد قوانين أو أنظمة التي تحمي الخصوصية بشكل كاف.

#### مسار الفعالية:

##### المرحلة أ- فيديو قصير للبدء

نعرض الفيديو الصغير التجريبي الاجتماعي أو فيديو قصير "قارئ الأفكار" وندعو المشتركين الى اشراك أفكارهم بشكل حر في أعقاب المشاهدة.

##### المرحلة ب- مقولات وإشارات مرور

نوزع على المشتركين ثلاثة بطاقات اشارت مرور. (في الملحق)



إشارة قف - إشارة "قف" تمثل الأمور التي أشركها مع نفسي فقط



إشارة طريق باتجاه واحد - "إشارة طريق باتجاه واحد" يمثل الأمور التي أشركها مع الأشخاص القريبين لي



إشارة سر- تمثل الأمور التي يمكن لكل شخص أن يعرفها عني

نقرأ المقولات للمشاركين ونطلب منهم رفع بطاقة الإشارة الملائمة حسب رأيهم للمقولة وشرح اختيارهم.

### المرحلة ج- نقاش

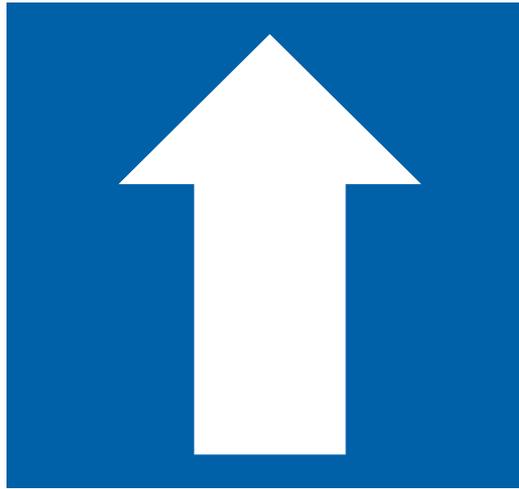
نجري نقاشا وفق النقاط التالية:

- ◆ أي تفاصيل يشاركها الناس في الشبكات الاجتماعية؟
- ◆ لماذا يوجد لدينا حاجة للإشراك؟
- ◆ ماذا نربح من الإشراك؟
- ◆ ما هو الثمن الذي ندفعه مقابل ذلك؟
- ◆ هل نحن مدركون لحقيقة أن الأمور التي ننشرها ستبقى مكشوفة لأعين الجميع؟
- ◆ هل كنا نريد أن يرى رئيسنا ماذا نشرنا؟ القائد في الجيش؟ الجد أو الجدة؟ أولادنا بعد عشرين سنة...؟

### المرحلة د- تلخيص

نوزع على المشاركين ورقة "قواعد السلامة في الشبكة" ونعبر الى القواعد التي تظهر به.

الملحق 1





- ◆ تجارب جربتها في المدرسة
- ◆ قصص مسلية تحدث في المدرسة الداخلية في الحاضر
- ◆ أمور تتعلق بعائلي
- ◆ مواضيع لا أحب أن اتعلمها
- ◆ هوايات ودورات أنا مشترك بها
- ◆ أمور أفكر بها بخصوص أصدقائي
- ◆ صور من الرحلة السنوية
- ◆ صوري في البركة
- ◆ فيديو صورناه في حفلة مع الأصدقاء
- ◆ أمور أفكر في عملها خلال الفرصة

### الملحق 3: قواعد السلامة في الشبكة- من موقع المعهد الاسرائيلي للديمقراطية

من: المحامية راحيل أريبور هرتشكز فيتش، د. تهيلا سفارتس ألتشولر

- 1. هل خلال تحميل التطبيق يتم شرح سياسة الخصوصية للتطبيق؟**  
بهدف تجميع معلومات شخصية عنا يجب الحصول على موافقتنا. هذه الموافقة يجب أن تتم فقط بعد أن يتم شرح الإساءة لخصوصيتنا- أي، ما هي المعلومات الشخصية التي سوف يتم جمعها عنا ولماذا.  
**ماذا نفعل؟**  
في حال لم يطلب التطبيق موافقتنا لتجميع المعلومات خلال التحميل- من المفضل الامتناع عن التحميل. ابحثوا عن تطبيق اخر الذي يحترم حقكم في الخصوصية.
- 2. ما هي المعلومات الشخصية التي يتم تجميعها عنا ولأي هدف؟**  
هنالك تطبيقات تطلب تجميع معلومات غير الزامية لعمل أهداف التطبيق، هكذا مثلا، تطبيق ضوء الذي يطلب الوصول الى جهات الاتصال، لمكان أو لصور الكاميرا- بدون علاقة لهذا فهو تطبيق للإنارة ليس الا.  
**ماذا نفعل؟**  
قبل تحميل التطبيق يتم عرض المعلومات التي يطلب التطبيق تجميعها أو ما هي إتاحات الوصول المطلوبة. اذا رأيتم أن التطبيق يطلب جمع معلومات شخصية كثيرة أو إتاحات وصول لفحوى بدون علاقة لهده- من المفضل الامتناع عن التحميل. ابحثوا عن تطبيق يحترم حقكم في الخصوصية بشكل أكبر.
- 3. الحل الافتراضي ليس ملائما للجميع**  
لا يجب أن نكون غير مباليين وترك مستوى الحفاظ على الخصوصية التي يتم عرضها كالحل الافتراضي.  
**ماذا نفعل؟**  
افحصوا ما هي تعريفات الخصوصية (عادة ما تكون تحت "تعريفات"- ابحثوا عن "خصوصية") وقوموا بتغييرها بشكل يعطي حماية أكثر لخصوصيتكم. مثال، يمكن منع نقل معطيات النظام وفحوى الصفحات بهدف الكشف عن أخطاء تقنية لمفعلة الخدمة.
- 4. أرسل وانسى. اذا لا ....**  
كل مشاركة، تغريدة، نقد استهلاكي أو رسالة اخرى التي ننشرها في الانترنت لا تنسى، من الممكن ارسالها مرة بعد مرة ولجمهور أوسع. الرسالة من الممكن أن تظهر في كل مرة في رد لأسئلة البحث المختلفة.  
مثلا، مشاركة مرحلة في الفيسبوك "مسافر الى برلين لمدة أسبوع! مؤتمر للعمل لكنني سأتمتع وأشرب الكثير الكثير من البيرة!" هذه المقولة تعرض الكثير من المعلومات الشخصية: يمكن للسارقين فهم أن البيت فارغ ومن الممكن الدخول الى البيت والسرقة بدون رادع، الرئيس الحالي في العمل وأماكن العمل في المستقبل من الممكن أن يستخلصوا من المشاركة الاستخفاف بالعمل، وتحليل الملف الشخصي السلوكي من الممكن أن يشير الى الحديث عن شخص متسرع، مبذر وغير مسؤول.  
وعندها... سيتم ملائمة دعايات وربما محاولات إقناع بوجهة نظر سياسية معينة.  
**ماذا نفعل؟**  
نفكر قبل أن ننشر: لا حاجة لكشف الكثير من المعلومات. وايضا نهتم بالدرجة الأولى تغيير تفضيل الخصوصية بهدف تقليل عدد الأشخاص الذين سينكشفون للمعلومات التي تم نشرها.

5. **التقليل من إعطاء معلومات شخصية بدون حاجة....**  
لا حاجة لإعطاء كل موقع، تطبيق، لعبة أطفال تفاعلية أو لعبة تتكلم التفاصيل الحقيقية عنكم- البريد الإلكتروني، الهاتف، أسماء الأولاد وما هي أعمارهم خلال عملية التسجيل.  
**ماذا نفعل؟**  
عبنوا التفاصيل المطلوبة فقط بهدف عقد الصفقة التي أردتم فعلها (عادة ما يتم الحديث عن التفاصيل التي تم الإشارة إليها بنجمة حمراء). وماذا بخصوص التفاصيل الأخرى؟ اتركوها فارغة. اذا كان اجباريا تعبئة تفاصيل مختلفة بالرغم من أنها غير لازمة لتنفيذ الصفقة- اخترعوا.....
6. **انفصلوا!**  
عند الانتهاء من استعمال البريد الإلكتروني أو الشبكة الاجتماعية فان غالبيتنا يغلِق المتصفح الي تصفحنا عن طريقه و..... الاستمرار في طريقنا. لكن، كل من يدخل الى الحاسوب خلفنا، صديق بالمدرسة أو الرئيس في العمل، ويختار الدخول الى نفس مزود البريد الإلكتروني أو الشبكة الاجتماعية يمكنه بدون أي قيد التصفح مباشرة بحسابنا وملفا الشخصي، قراءة الرسائل خاصتنا، وحتى نشر مشاركات أو إرسال رسائل باسمنا.  
**ماذا نفعل؟**  
عند الانتهاء من تصفح خدمة البريد الإلكتروني أو في حساب الشبكة الاجتماعية انفصلوا بشكل منظم. نعم، هذا يلزمكم بحفظ كلمة المرور لكن هذه طريقة ممتازة لحماية خصوصيتكم.
7. **كلمة سرية، وليست مشابهة لكل شيء**  
حافظوا على أجهزكم الرقمية بواسطة كلمة سر، ومن المفضل أن لا تكون كلمة السر مشابهة لكل الاجهزة الرقمية، لحساب البريد الإلكتروني، لحساب الشبكة الاجتماعية ولموقع البنك. اختاروا كلمات سر عشوائية التي لا تحتوي على تفاصيل سهلة التذكر، مثل اسمكم واسماء أزواجكم أو أولادكم وتاريخ الميلاد، هذه التفاصيل من السهل معرفتها وفق حساب الفيسبوك الخاص بكم.
8. **الحتلنة، الحتلنة، الحتلنة**  
ممارسة معروفة لمطوري البرمجة وهي تسويقها في السوق وبعد ذلك نشر حتلنات للبرنامج مرة بعد مرة. الكثير من المرات هذه التحديثات تكون مصاحبة لخروقات أمنية التي تم كشفها في البرنامج. من لحظة نشر التحديث يكون أمر الخرق الامن معروف للقراصنة.  
**ماذا تفعل؟**  
اسمحوا بتحديث تلقائي للبرنامج أو التطبيق اذا كانت هناك امكانية كذلك بتعريفات البرنامج في مراحل التحميل أو تحميل تحديثات برنامج فوراً عند نشرها.
9. **غطوا كاميرا الشبكة**  
لكل حاسوب نقال يوجد كاميرا مبنية أعلى الشاشة. بدون مجهود كبير يستطيع من يرغب بذلك مشاهدتكم بواسطة هذه الكاميرا.  
**ماذا نفعل؟**  
غطوا الكاميرا بلاصق أو بلاستر بسيط، أو كما يفعل مارك تسوكربرج، غطوا أيضا الكاميرا والميكروفون بورق لاصق مختم.

## 4. التواجد



"عندما كتب بيون في سنوات الستين من العقد الماضي على العمليات الواعية والعمليات بدون وعي في حياة المجموعات، لا يمكن التخيل الى اين سيصل المشهد الجماعي للقرن ال- 21. العصر التكنولوجي يكتب لغة وقوانين جديدة، وفي الأساس الكثير من المجموعات الافتراضية التي تسمح للمشاركين التصرف بلا وعي، وبشكل مشابه لمجموعة المبدأ الأساسي لبيون هي تأثر بدورها على الحياة في مجموعات عمل خارج الشبكة (في الصف وفي المدرسة). المؤكد أن السلوك في مجموعات مختلفة خارج الشبكة يؤثر بشكل يومي على الدينامية الاجتماعية في الصف وفي المدرسة، وايضا على اللقاء والحوار مع الطاقم التربوي".

(كايزر- هيلر، الحياة في الشبكة"، 2016)

### 4.1 خلفية نظرية: "تواجد البالغ والمجموعة في الشبكة"

عندما نتحدث عن تواجد في حياة الشبكة للطلاب، أولا علينا أن نسأل أنفسنا عدد من الأسئلة. كيف يمكن أن نعطي الطلاب فضاء شخصيا، محمي وإجباري لتطور سليم، أيضا في حياة الشبكة من طرف اخر، والبقاء على تدخل وتواجد بشكل ما من الجانب الآخر؟

المصطلحات "تواجد الطاقم" و"الخصوصية" تبدو مناقضة الواحدة للأخرى.

مصطلح التواجد يتطرق الى وجود شخصية هامة بجانب الطفل، شخصية ترافقه وموجودة هناك من أجله. بالمقابل مصطلح الخصوصية، منذ فترة مررنا بتحديات ومشاكل في الشبكة على ضوء حقيقة أن كل البشر وخاصة الشباب في سن المراهقة، بحاجة الى مساحة خاصة لأنفسهم بهدف تأسيس هوية شخصية خاصة.

اذا كيف يمكن أن نكون متواجدين ومع ذلك أن نحترم المساحة الخاصة اللازمة للتطور؟ يبدو أننا نعيش في عصر به مصطلح الخصوصية يختلف ويستمر في التغيير كل الوقت، لكن ما زال علينا الواجب الأساسي للمشاركة والتواجد الحقيقي في حياة الطلاب كجزء من عمليات التنشئة الاجتماعية (الاجتماعية) خاصتهم وتجهيزهم للإدارة المستقلة في العالم الاجتماعي.

في أعقاب التغييرات التكنولوجية والتعرض الشخصي في الشبكات الاجتماعية يبدو أن القرن ال- 21 ينتج تغييرات حقيقية في مصطلح الخصوصية. كلنا معرضين أكثر وغيورين أقل لخصوصيتنا، مع ذلك، كلنا ما زلنا بحاجة لها.

من المهم أن نحاول ايجاد الموازنة اللطيفة بين تواجدنا كطاقم في حياة الشبكة عندهم وبين الحفاظ على قدرتهم للسلوك بشكل مستقل كجزء من عمليات التأسيس وتشكيل هويتهم الشخصية.

## 4.2 المهمة المركزية

مهمتنا هي ايجاد الطريق للتواجد في حياة الشبكة ايضا عند الطلاب: علينا التفكير: كيف يمكن ادخال تواجدنا كطاقم تربوي ايضا في المساحة الافتراضية.

بالضبط مثلما نسألهم كيف مر عليكم اليوم في المدرسة هكذا نتوقع أن نهتم ونتواجد أيضا في حياة الشبكة عندهم.

من المهم أن نذكر: لا يتم الحديث عن اختراق للخصوصية انما بتحقيق واجبنا كبالغين مسؤولين عن حياتهم.

بالإضافة حياة المجموعة في الداخلية هي قوة هامة في حياة الأطفال ومن الممكن أن تزيد من الشعور الحقيقي بالمتانة. القسم الثاني من مهمتنا هو تحويل المجموعة لقوة ايجابية في حياة الشبكة عند الطلاب.

## 4.3 كيف نفعل ذلك بالشكل الصحيح؟

قدرتنا على النجاح بأن نكون البالغ المتواجد في حياة الطلاب بدون أن نكون مخترقين ومسيئين لخصوصيتهم تكمن هنا ايضا بقدرتنا على إنشاء علاقة جيدة معهم كمجموعة.

بعد أن أسسنا المعرفة العميقة والمستمرة مع حياتهم الشبكية، عرفنا الحدود الواضحة وركزنا على السلوك المنظم من ناحية المحتويات وأوقات الاستخدام، نصل الى مرحلة الحوار مع الطلاب بخصوص شكل تدخلنا في حياتهم الشبكية.

القاعدة الأساسية التي سترافقنا في هذه المرحلة هي الحوار المفتوح والشرح عن القيم والأهمية الكامنة في استيعاب تواجد الطاقم في حياة الطلاب الشبكية.

هذا لا يعني أن ننتظر ل"موافقة" من الطلاب بخصوص مستوى التدخل الإلزامي بالنسبة لنا. ان كان الحديث عن حوار يومي أو أسبوعي، حوار شخصي أو بجماعات أو تمنع مشترك في المحتويات وفي المجموعات المختلفة، الأمر الأكثر أهمية كان الشكل الذي سنبنى به تواجدنا.

حوار، محادثة تشرح موقفنا والقرار المشترك سيسمح بتواجد داعم في حياة الشبكة عند الطلاب.

## 4.4 فعاليات مع الطلاب في موضوع التواجد

◆ اتخذوا موقفا - 93

◆ البقاء على اتصال - 97

◆ اتفاقية تصفح للاستخدام الآمن للشبكة - 101

◆ حول الطاولة - 107



### الذين يقفون جانبا في الشبكة

#### أهداف:

- ◆ معرفة ظاهرة "الوقوف جانبا"، (Bystander Effect) فهم الاعتبارات مع وضد.
- ◆ إيجاد حلول ممكنة لإمكانية التدخل في حالات الإساءة في الشبكة.

#### مساعدات:

- ◆ قائمة مقولات (ملحق)
- ◆ فيديو مشاهدة من الجانب: <https://goo.gl/A4T2Fd>
- ◆ فيديو قصير: اتخذي موقفا، لا تقفي جانبا: <https://goo.gl/udZx6f>
- ◆ فيديو قصير: اتخذي موقفا، لا تقفي جانبا: <https://goo.gl/6iarJA>
- ◆ فيديو قصير: اتخذي موقفا، لا تقفي جانبا: <https://goo.gl/Zpeote>

#### خلفية للفعالية:

##### ما هو الوقوف جانبا؟

الوقوف جانبا هو وضع يكون به الشخص موجود في مكان يتم به عمل غير لطيف، غير أخلاقي، مسيء، وهو لا يتخذ أي موقف أو عمل أي كان لكي يوقفه. مجرد الوقوف جانبا لا يعتبر عملا خاملا انما اختيارا نشط للمشاهد أن لا يعمل ولا يوقف الذي يحدث.

##### الوقوف جانبا في الحيز الافتراضي

في السنوات الأخيرة يوجد تزايد في حالات العنف في الشبكات الاجتماعية. استمرارا لذلك ازداد الادراك في موضوع الوقوف جانبا في الشبكات الاجتماعية. عمليا، في كل مرة يتعرض فيها شخص موجود في الشبكة لمحتوى عنيف تجاه شخص آخر أو مجموعة ويختار تجاهل ذلك- فهو بشكل عمل يتخذ موقف من يقف في الجانب، لا يتدخل ولا يعبر عن رأيه بشكل فعال. مجرد الامتناع عن التدخل الفعال يسمح باستمرار وجود العنف.

##### أسباب حدوث ظاهرة الوقوف جانبا

في الشبكة، من السهل الوقوف جانبا، فعمليا لا يعرف أي شخص أنك موجود هناك ويمكنك ترد على ما يحدث. هذه الحقيقة تؤدي الى تقليل شعور المسؤولية نحو ما يحدث.

بالإضافة، بما أن هناك أشخاص كثر موجودين ومنتبهين لردود الفعل تجاه العنف والبلطجة، فتحدث ظاهرة تشتيت المسؤولية بين كل المشاهدين، الأمر الذي يؤدي عمليا الى تقليل احتمال المشاركة وإيقاف الإساءة.

غالبية المشاهدين في الجانب يكلمون مع التحرش بشكل خامل، ولا يفعلون شيء. في الغالب يفعلون ذلك بدون أن يكونوا واعين لهذا الأمر. هؤلاء المشاهدين يساهمون في الحدث. احيانا فان المشاهدين الخاملين هم الجمهور الذي يحتاجه المسيء، وهم يعتبرون مكملا صامتا الذي يسمح للمسيء بالاستمرار بسلوكه المسيء.

### ماذا ممكن أن نفعل لكي لا نقف في الجانب؟

يمكن أن نتدخل بصورة مباشرة، عن طريق حماية الضحية أو بواسطة تحويل الانتباه من الحدث الى حدث آخر. يمكن أن نتوجه بشكل شخصي للضحية، دعمه وتشجيع أصدقاء إضافيين لفعل ذلك. يمكن أن نطلب مساعدة، بواسطة منظمة دعم من الأصدقاء أو بواسطة التوجه لبالغين. (بتصرف من موقع "بين الرنات")

### مسار الفعالية:

#### المرحلة أ- البدء بواسطة فيديو قصير

نسأل المشتركين:

- ◆ ما هو حسب رأيهم "الوقوف جانبا"؟
- ◆ بماذا نحن نفكر عندما نسمع عبارة "الوقوف جانبا"؟
- ◆ أشركوا بقصة حقيقية سمعتموها أو قمتم بتجربتها تتعلق بالموضوع.

#### المرحلة ب- لعبة المقولات

نطلب من المشتركين الوقوف بدائرة. يقرأ المرشد مقولة من بطاقات المقولات (تظهر في الملحق) المشترك الذي يوافق مع المقولة يتقدم خطوة الى الأمام، المشترك الذي لا يوافق مع المقولة يخطو خطوة الى الوراء.

#### المرحلة ج - حوار

نجري نقاشا في الموضوع ونتطرق الى النقاط التالية:

- ◆ لماذا حسب رأيكم الأولاد أو الشباب يفضلون "الوقوف جانبا" خلال المضايقة في الشبكة وعدم اتخاذ موقف؟
- ◆ ما هو الربح في الوقوف جانبا؟
- ◆ ما هو ثمنها؟
- ◆ لماذا تعتبر هذه الظاهرة ظاهرة سلبية؟ الى أين من الممكن أن تؤدي؟

## المرحلة د- "لا تقفوا في الجانب"

### الامكانية أ- ملائم لمجموعات بنات أو مجموعات مختلطة

عرض الفيديو القصير "لا تقفوا في الجانب". هذا الفيديو يمثل وضع مضايقة ويسمح للمشاهدين اتخاذ جزء فعال في ما يحدث بهدف إيقاف الحالة المسيئة.

ندعو متطوعة من المجموعة للوقوف مقابل الشاشة وقراءة وظيفتها خلال عرض الفيلم.

(مثلما في فيديو كريكوي). من المفضل عرض الفيديو مرة أخرى مع مشاركة أخرى.

من الممكن إجراء لعبة أدوار حول حدث واقتراح طرق ردود فعل إضافية لإيقاف المضايقة.

لإنهاء هذه الجزء من الفعالية نعرض الفيديو المكمل الذي يصف التجربة التي نفذت في تل أبيب بواسطة نظارات واقع افتراضي.

### الامكانية ب- ملائم لمجموعة أولاد

تجرون لعبة أدوار وفق الحدث التالي-

أنتم تعودون من دوري كرة قدم ضد فريق من مدرسة داخلية أخرى. خليل لعب بشكل سيء جدا ولهذا السبب خسرت المباراة. الاصدقاء عصبيين ومتوترين.

تامر يبدأ بمواجهة خليل وينشأ بينهم جدال أمام جميع أعضاء المجموعة.

تامر يسحب هاتفه بهدف تصوير خليل وكتابة خبر مسيء عليه.

ندعو المشتركين للعب دور خليل، تامر، أعضاء المجموعة ومشاركين الذين يشاهدون من الجانب. نشجع المشتركين على ايجاد عدد من الامكانيات من أجل انهاء المضايقة.

## المرحلة هـ- تلخيص

نعرض فيلك: anti-bullying ad

◆ ما هو المغزى من الفيديو الذي شاهدناه؟

◆ عن أي طرق خلاقية إضافية يمكنكم أن تفكروا كرد فعل لحالة الإساءة في الشبكة؟

يوصى بكتابة اقتراحات المشتركين وتعليقها على الحائط في نادي المجموعة.

## ملحق: قائمة مقولات للمرشد

- ◆ الوقوف جانبا هي ظاهرة شائعة في الحياة لكنها أقل شيوعا في الشبكة.
- ◆ أولاد وأبناء الشبيبة يفضلون الوقوف جانبا وعدم ابداء رد فعل في حالة الإساءة في الشبكة.
- ◆ الوقوف جانبا يدهور حالة الإساءة.
- ◆ من يقف جانبا صادقا في سلوكه.
- ◆ من لا يقف جانبا سيجد نفسه في جانب الضحية.





## فعالية للطايم

### أهداف:

- ◆ تطوير نقاط رؤية كثير والنظر من زوايا مختلفة لنفس الحالة
- ◆ تطوير القدرة على التقبل وعدم الحكم على مواقف الطلاب بالنسبة للشبكة
- ◆ فهم أن هذه المبادئ ستساعد على الربط الجيد بين الطلاب ويشجع على التوجه للمساعدة في حالات الضائقة

### مساعدات:

- ◆ حاسوب
- ◆ شرائح عرض صور (الملحق أ) تعرض على الشاشة. لتحميل شرائح العرض: <https://goo.gl/84Xkxm>
- ◆ مقتطفات قراءة من المشاركة الخاصة بدكتور أيال دورون (الملحق ب)
- ◆ فيديو "وجبة عشاء": <https://goo.gl/KsZaCb>

### مسار الفعالية:

1. يتم عرض شرائح العرض الصور، كل واحدة على حدة ونطلب من المشاركين إعطاء رد فعل للصورة، وفق السؤال الذي يظهر بها. نشجع المشاركين على التفكير لردود فعل كثير ومختلفة قدر الإمكان.
2. نقرأ المشاركة التابعة لدكتور أيال دورون التي تعنى بموضوع وقت الشاشة الموصي به ونسأل: ما هو رأيكم على ما قيل؟ هل توافقون لما قيل؟
3. نعرض فيديو "وجبة عشاء"، نتشارك الاستنتاجات والآراء.
4. بشكل دائري، كل مشترك سيذكر المبادئ التوجيهية في تطرق الطايم لسلوك الطلاب في الشبكة.

الملحق أ- الصور للعرض (من شرائح العرض)  
لتحميل شرائح العرض: <https://goo.gl/84Xkxm>





من هذه الشخصية من الخلف؟  
ماذا تفكر؟ ماذا ستفعل؟



ما رأيكم في ما يظهر في الصورة؟

## الملحق ب- مشاركة أيال دورون

 **دكتور أيال دورون**  
January 25, 2017 · 🌐

الشاشات مفيدة لطلابنا، وهناك وقت موصى به. بحث بريطاني جديد حديث الساعة فحص أكثر من 120 ألف من أبناء الشبيبة حول وقت الشاشة لديهم، وفي المقابل، حالة سعادتهم. الرضا من حياتهم، الأداء النفسي والأداء الاجتماعي لهم. وجد البحث كمية وقت شاشة "مثالي" للشعور الايجابي لأبناء الشبيبة. تمسكوا جيدا، الحديث عن: 4 ساعات و- 17 دقيقة في اليوم لوقت الشاشة. استخدام الشاشات والألعاب اتصل مع الاتصالات، امكانيات إنشاء علاقات اجتماعية، تطوير الإبداع، الكشف والفضول (أكثر من 4.5 ساعات في اليوم يبدأ التدهور).

لجميع الآباء الذين سرعان ما ينصدمون، خذوا بالحسبان أن أبناء 18 وما فوق يستخدمون الهاتف النقال أكثر من الأولاد حتى سن 18! بحث أمريكي جديد وجد أن الأهل يقضون نفس كمية الساعات أمام الشاشات مثل أبناء الشبيبة. البالغين يسرعون في شرح أن وقت الشاشة الخاص بهم هو وقت مخصص بغالبيتها للعمل، لكن 1,800 من الأهالي الذين تم فحصهم خصصوا فقط 1.5 ساعات من وقت الشاشة لعملمهم. تم تخصيص معظم الوقت لرسائل نصية، اللعب بألعاب فيديو، مشاهدة برامج، تصفح المواقع ووسائل الاتصال الاجتماعية.

من المهم أن نذكر ذلك في المرة القادمة التي يتشاجرون بها في الكنيست بخصوص إدمان الأطفال على الشاشات.



👍 🤔 ❤️ 162

27 Comments 48 Shares

👍 Like    💬 Comment    ➦ Share    🌐

كاتب هذه المشاركة هو دكتور أيال دورون- باحث، محاضر ومطور تفكير ابداعي والتحضر للعقد ال- 21، رئيس قسم علم النفس والعلوم الانسانية في المدرسة الجديدة في المركز هيبنتحومي ورئيس مسار Creativity in action في المدرسة لتأهيل المدراء في المركز هيبنتحومي.



كتبت: جاليا كوهين

## اتفاقية تصفح للاستخدام الآمن للشبكة

بتصرف عن موقع من اتحاد الانترنت الاسرائيلي

ان الانترنت هو أحد أدوات العمل والتعليم الأفضل المتاحة لنا اليوم. لكن، كلما نكتشف ايجابياته نكتشف ايضا سيئاته: المتصفحين- في الأساس الشبيبة والأقل تجربة منهم- يتعرضون للعنف، التحريض، رسائل مغرية والمزيد.

كمربين علينا أن نعطيهم الأدوات للتعامل مع هذه الظواهر ومساعدة الجيل الشاب على استخدام الانترنت بحكمة.

فيما يلي اقتراح لعقد "اتفاقية تصفح" بين الطلاب وبين المرشدين في المجموعة.

بترقب يوم التوقيع على الاتفاقية يجب التحدث مع الطلاب بشكل مفتوح بخصوص تصفح الانترنت، بهدف توضيح أهمية الحفاظ على قواعد السلامة.

تشمل الاتفاقية عدد من قواعد الحذر والسلامة عند التصفح، وفي نطاقه يتعهد المدرسين بأن يكونوا صبورين تجاه الطلاب وعقد حوار مفتوح معهم بخصوص وضع حدود لتصفح الانترنت، تنبع من ثقة وليس من خوف زائد.

مرفق:

- ◆ اتفاقية خاصة لكل طالب. الاتفاقية متبادلة بين الطالب وبين مجموعته، على كل اتفاقية يوقع الطالب ومرشدي المجموعة.
- ◆ اتفاقية بين المجموعة التي عقدت وصيغت من قبل المجموعة بعد إجراء حوار مفتوح مع كل أعضائها.

## اتفاقية التصفح الخاصة بـ

أنا ومجموعتي نحب ونقدر استخدام الانترنت. نحن نعرف أنه بإمكاننا التعلم، اللعب والتمتع في الانترنت، لكن نحن نعرف أيضا أنه عند التصفح في الانترنت يجب أن نكون يقظين وحذرين. هذه الاتفاقية سوف تساعدنا على الحفاظ على القواعد من أجل أن نكون متأكدين من أننا أمنين.

أنا \_\_\_\_\_ أتعهد:

### ✓ بالحفاظ على نفسي وخصوصيتي

لن أدلي بمعلومات شخصية عني وعن آخرين لأشخاص غرباء، بدون موافقة أهلي. قبل أن أستخدم تطبيق أو ألعاب أو أضع إشارة V في الاماكن المخصصة لذلك، سوف أقرأ تعليمات الاستخدام (إذا كانت بالإنجليزية، سأطلب المساعدة من بالغ) وأنتبه الى نوع المعلومات التي تطلبها الشبكات والتطبيقات بخصوصي. لن أضع علامة V في الاماكن المخصصة لذلك، بدون أن أفهم المعنى ومن دون أن أطلب موافقة من أهلي أو قريب العائلة البالغ. ان الشبكة هي مصدر تمتع وتعلم. في حال كان شخص يجعلني أشعر بالتهديد، عدم الراحة، اذا طلب مني شخص عمل أشياء لا تعجبني أو تتعامل معي بشكل غير محترم، سأنفصل فورا وأبلغ قريب بالغ.

### ✓ التصرف باحترام ومسؤولية

سأحاول دائما أن أتصرف بشكل أديب في الشبكة. لن أتصرف ببلطجة، لن أهين أو أسيء لأي شخص في الشبكة أو في الهاتف النقال- بواسطة نشر الصور، تصوير الشاشة، نشر الاشاعات أو فتح ملفات شخصية مزيفة.

سأقف ضد من يتصرف ببلطجة وأحكي للمرشدين.

انا أعلم أن الصور والفيديوهات التي سوف أشارك بها، وكل أمر أكتبه عن نفسي وعن الآخرين في الشبكة- من الممكن أن ينتشر بدون علمي. لهذا لن أشارك في الشبكة أي أمر لا أريد أن تراه عائلتي، المعلمين، أصدقائي.

عندما أنشر، أستخدم أو أتطرق الى إبداع معين تم فعله من قبل شخص اخر، سوف أذكر اسم المصنع أو الفنان. أنا أعلم أن الآخرين عليهم ذكر اسمي، عندما يستخدمون أو ينشرون شيء أنا أنشأته.

## ✓ أن نفهم

أنا أعرف أنه ليس كل ما أقرأ، أرى أو أسمع في الشبكة هو حقيقي. في كل مرة سوف أفكر اذا ما كانت هذه المعلومات أو المصدر موثوق. عندما أكتب، سوف أجتهد لنقل معلومات موثوقة ومسؤولة. سأحكي الحقيق بخصوص الوقت الذي أقضيه في الهواتف الذكية والانترنت، وأثبت أنني استخدم الهاتف النقال والشبكة بشكل مسؤول. سأقرر مع المجموعة والمرشدين كم من الوقت وبأي شكل سأستخدم الهاتف النقال واتصفح الانترنت، وأفي بذلك. سأكون متيقظا للوقت الذي أقضيه أمام الشاشات، وأستمر في تخصيص وقت أيضا لنشاطات وأشخاص خارج العالم الافتراضي.

## نحن (المرشدون) نتعهد:

- ✓ أن نتفهم عندما تحكي لنا عن حدث في الشبكة.
- ✓ أن نتحدث معك فيما يزعجنا، ونشرح لماذا- قبل أن نقول لك "لا".
- ✓ أن نتحدث معك، ونحترم المواضيع التي تهتمك،
- ✓ أن نسمح لك بأن تخطئ ونساعدك على التعلم من خطأك.
- ✓ احترام خصوصيتك- والتحدث معك في حال كان أمر يزعجك

أنا ومجموعتي نحب ونقدر استخدام الانترنت. نحن نعرف أنه بإمكاننا التعلم، اللعب والتمتع في الانترنت، لكن نحن نعرف أيضا أنه عند التصفح في الانترنت يجب أن نكون يقظين وحذرين. هذه الاتفاقية سوف تساعدنا على الحفاظ على القواعد من أجل أن نكون متأكدين من أننا آمنين!

توقيع المرشدين: \_\_\_\_\_ توقيع: \_\_\_\_\_

تاريخ: \_\_\_\_\_ الاتفاق لمجموعة: \_\_\_\_\_

## اتفاق المجموعة بعد الملائمة الخاصة

استعينوا بالنقاط التالية كأساس لحديث. بعد ذلك، استخدموا النموذج الملائم بشكل خاص لصياغة اتفاقية ملائمة لمجموعتكم.

### أين، متى ولكم من الوقت؟

- ◆ قررروا في أي الأماكن يسمح بها استخدام الجهاز. هل فقط في المناطق العامة، مثل الصالون أو المطبخ؟ هل يسمح لهم باستخدامه أثناء الوجبات؟
- ◆ انتبهوا للفارق بين استخدام الجهاز لأهداف تعليمية وبين استخدامه للترفيه.
- ◆ تشارروا بخصوص معنى "الموازنة" بين استخدام التكنولوجيا والاتصالات وبين نشاطات أخرى. هل تريدون تحديد أنه في ساعات المساء يوجد حظر على استخدام الأجهزة- للأطفال والبالغين؟ أو تحديد ساعة بعدها لن يتم استعمال الأجهزة؟

### تواجد المرشدين

- ◆ تحدثوا عن وظيفتكم كمرشدين، للحفاظ وارشاد الطلاب في الشبكة. اكشفوا الطرق التي تستطيعون بها إجراء اتصال مفتوح وصادق بخصوص استخدام الأجهزة.
- ◆ تحدثوا عن تدخل المدرسة الداخلية في استخدام الطلاب للجهاز. هل المرشد سيراقب نشاط الطلاب في الشبكة؟ إذا نعم، كيف؟ هل سيطلب من الطلاب منح المرشد وصولا حرا لحساب الفيسبوك الخاص بهم ولرسائل هاتفهم؟
- ◆ تحدثوا عن أنواع التطبيقات التي سيستخدمها الطلاب وعن الحسابات التي سوف يفتحوها. أدخلوا معا الى التطبيقات المحبوبة على الطلاب، وتعلموا قليلا كيفية استخدامها، لماذا تستعمل وما هو المثير بها.

### تعريف الخصوصية

- ◆ تمرنوا معا على إنشاء كلمة مرور قوية. استخدموا على الأقل ثمانية خلايا- أحرف، أرقام وإشارات- امتنعوا عن استخدام معلومات خاصة بكم- أسماء، عناوين أو تواريخ ميلاد، انتبهوا على حفظ جميع كلمات المرور واسماء المستخدم في مكان آمن.
- ◆ تحدثوا عن أهمية عدم اعطاء كلمات المرور لأشخاص آخرين وقررروا اذا ما أردتم أن يكون للمرشدين امكانية الوصول الى هذه الحسابات.
- ◆ افحصوا معا تعريفات الخصوصية وسياسة الخصوصية. احرصوا على أن يفهم الطلاب المعلومات وأن الشركات والشبكات من الممكن أن تجمع معلومات حولهم، قررروا معا ما هو مستوى العامية المرغوب لإشراك صور ومحتويات أخرى.

## حفاظ وصيانة

- ◆ تحدثوا عن ما يعتبر من وجهة نظركم حفاظ وصيانة مسؤولة للأجهزة، التي تكون أحيانا ثمينة جدا. أين سيكون مكان الجهاز وأين سوف يتم شحنه. لماذا من المهم الحفاظ على الجهاز وعدم رميه مجرد هكذا في الحقيبة.
- ◆ تحدثوا عن موضوع المسؤولية. من المهم توضيح المسؤولية وماذا يحصل اذا سرق الجهاز، فقد أو انكسر - حتى لو حدث عن طريق الخطأ.

## اتصال مسؤول في الشبكة

- ◆ تحدثوا عن الفرق بين استخدام الجهاز للتواصل مع أبناء الصف لأهداف تعليمية، واستخدام الجهاز للتواصل الاجتماعي.
- ◆ تحدثوا عن قوانين العائلة لاستخدام الاتصال في الشبكات الاجتماعية والرسائل- كيف نتواصل مع اشخاص نعرفهم جيدا، مع اشخاص لا نعرفهم كثيرا أو أشخاص غير معروفين. ما معنى اتصال محترم. كيف يظهر هذا ويسمع؟ استخدموا نقاشا كهذا كنقطة تحول للحديث عن البلطجة، الخصوصية والأمان.

## اتفاق مجموعة

هذا الاتفاق يحدد توقعاتنا بخصوص استخدام الهاتف/ الحاسوب/ التابلت في المجموعة.

اتفقنا على النقاط التالية:

أين، متى وكم من الوقت؟

تكلما عن معنى الاستخدام المحترم والملائم للجهاز. اتفقنا أن ....

---

---

تواجد المرشدين

تكلما كيف نحن، كطاقم، سنشارك في الرقابة على استخدام الجهاز. اتفقنا أن ....

---

---

تعريف الخصوصية

تكلما عن أنواع الحسابات التي سأفتحها وكيف سأحافظ على المعلومات الشخصية. اتفقنا أن .....

---

---

الحفاظ والصيانة

تكلما عن كيفية الحفاظ على الجهاز، وماذا سيحدث في حال سرق، فقد أو انكسر. اتفقنا أن .....

---

---

اتصال مسؤول في الشبكة

تكلما عن الطرق المختلفة التي سأواصل بها مع أشخاص خلال استخدام جهاز، وكيف يكون التواصل المحترم، المسؤول والأمن، اتفقنا أن .....

---

---

توقيعي:

توقيع المرشدين:

---



### حوار حول معضلات من الشبكة وصياغة قواعد سلوك في الشبكة

"حول الطاولة" هو أسلوب يهدف الى إجراء حوار بموضوع معين, من زوايا مختلفة. تنقسم المجموعة لمجموعات حوار حول الطاولة. في كل طاولة يجلس مرشد يدير الحوار. على الطاولة يوجد مقتطفات قراءة وصحف، صور، أغاني، تابلت/ هواتف نقالة مع أجزاء من فيديوهات والكثير. الفعالية مرنة، يمكن اختيار جميع الأغراض المقترحة أو جزء منها وإضافة أغراض ملائمة أخرى وفق اختياركم.

#### أهداف:

- ◆ حوار حول معضلات في مواضيع مختلفة تتعلق بالشبكة من زوايا رؤية مختلفة
- ◆ تطوير قدرة التفكير المستقل، واسعة ومتعددة الأبعاد
- ◆ تطوير مهارات الحوار والنقاش
- ◆ صياغة قواعد السلوك في الشبكة

#### مساعدات:

- ◆ روابط للمقالات (تظهر في الملحق)
- ◆ فيديوهات (تظهر في الملحق)
- ◆ بطاقات مهام للمجموعة
- ◆ ألواح ذكية (تابلت)/ حاسوب متنقل/سمارت فون لكل طاولة
- ◆ أقلام وأوراق

#### مسار الفعالية:

نجهز مسبقاً أربع طاولات وحولهم كراسي ندعو المشتركين للجلوس حول الطاولة، وهكذا ينتج لدينا أربع مجموعات. كل طاولة ستتحدث عن أمر مختلف، سنقرأ المجموعة مقتطفات الصحف، نشاهد مع الفيديوهات المرفقة وتجيب على المهمة المكتوبة في البطاقة. يجب تجديد ربع ساعة للحوار في كل موضوع وبعد ذلك تبادل البطاقات بين المجموعات وبهذا سنناقش كل مجموعة أربعة مواضيع. يوصى بضم شخص من الطاقم لكل مجموعة الذي سيساعد على إثراء النقاش في الجلسة يتم دعوة المشتركين للاشتراك في الحوار، بالاستنتاجات التي ظهرت بالمجموعة وفي قواعد السلوك التي قاموا بصياغتها.

## طاولة رقم 1- كلماتك تنتج واقعا

اقرأوا المقالات، شاهدوا الفيديوهات وقوموا بصياغة ثلاثة قواعد للسلوك في الشبكة والتي تهدف الى الحفاظ على احترامكم واحترام اصدقائكم.

فيديو "كلماتك تنتج واقعا": <https://goo.gl/4iN5Xf>



فيديو "مدينة بدون عنف بيتح تكفا": <https://goo.gl/3B6q5z>



فيديو "نجمات الشبكة تتعامل بطريقة أصيلة مع البلطجة التي مروا بها": <https://goo.gl/wk5zpF>



مدير مجموعة فيسبوك لم يقم بإزالة منشور افتراضي - سيعوض

<https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-5366205,00.html>



قانون الفيديوهات

<https://goo.gl/Kyn4cF>



كيف ستقوم الانستغرام بوقف البلطجة في الشبكة؟

[https://www.mako.co.il/news-money/tech-q4\\_2018/Article-d3123634f7c5661004.htm](https://www.mako.co.il/news-money/tech-q4_2018/Article-d3123634f7c5661004.htm)



الفضح في الفيسبوك: امرأة أطلق عليها لقب اللصة والجريئة ستحصل على تعويضات بسبب التشهير

<https://www.lawguide.co.il/articles/4211/23377>

## طاولة رقم 2- الخصوصية في الشبكة

اقرأوا المقالات، شاهدوا الفيديوهات وقوموا بصياغة ثلاثة قواعد للسلوك في الشبكة والتي تهدف الى الحفاظ على خصوصيتكم

فيديو تابع لوزارة التربية- حماية الهواتف النقالة: <https://goo.gl/8VWGw5>



هل يوجد لكم بريد صوتي؟ الواتس اب الخاص بكم في خطر

<https://www.haaretz.co.il/captain/software/1.4447768>

איגוד  
האינטרנט  
הישראלי  
ISOC-IL



### بمناسبة يوم الخصوصية العالمي (28.1) قامت منظمة الانترنت الاسرائيلية بتجميع معطيات حول وضع الخصوصية في الشبكة في اسرائيل:

الشباب يحافظون على الخصوصية في الهاتف الذكي: 79% منهم قاموا بحماية الجهاز بواسطة رمز سري أو بصمة اصبع، مقابل 41% من أبناء ال- 18 وما فوق. وما زالت، الصور هي نقطة الضعف الأساسية للاسرائيليين: 55% من الشباب يحفظون صوراً مخجلة في الهاتف الذكي: فقط 27% من أبناء جيل ال-18 و- 34 و- 19% من أبناء جيل ال- 35-54 يحفظون صور كهذه في الجهاز.

## الحفاظ على الخصوصية

فيما يلي عدد من القواعد المركزية التي ستساعدكم في الحفاظ على الخصوصية في الشبكة:

- امتنعوا من اعطاء تفاصيل شخصية معرفة مثل: رقم الهاتف، العنوان، مكان العمل أو التعليم.
- وافقوا فقط على الأشخاص المعروفين ليكونوا أصدقاء في الشبكات الاجتماعية.
- صور أو صور فوتوغرافية من الممكن أن تشكل مصدراً للمعلومات، تأكدوا أن هذه الصور لا تكشف عن عنوانكم، أو تفاصيل أخرى.
- حددوا مستوى الخصوصية في كل حساب وفي الأساس في الفيسبوك وحددوا من يمكن أن يرى ماذا.
- أطفنوا كاميرا الشبكة في كل وقت لا تحتاجون لها.
- هناك متشددين أكثر ويقترحون تغطيتها عندما لا تكون قيد الاستخدام.
- عند الانتهاء من الاستخدام، من المهم الخروج بصورة كاملة من التطبيقات، وفي الأساس اذا استخدمتم في أماكن عامة وليس في الحاسوب/الهاتف الذكي الخاص بكم.
- الرمور السرية الخاصة بكم، هي لكم فقط، لا تعطوها ابدا لأي شخص في العالم.



من سيحيمي أطفال الروضة؟

<https://www.ynet.co.il/articles/0.7340.L-5373413.00.html>

### طاولة رقم 3- القوة في ايديكم

اقرأوا المقالات، شاهدوا الفيديوهات وقوموا بصياغة ثلاثة أفكار للاستخدام الايجابي للشبكات الاجتماعية في المدرسة الداخلية.

**فيديو** "بفضل منشور في الفيسبوك قام العشرات بتكريم أخير لناجي من المحرقة": <https://goo.gl/oNJUpV>



في أعقاب مبادرة أبناء 16: تم القبض بالجرم المشهود على متهم بمخالفات جنسية

<https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-5320160,00.html>



منع متصفحو في الانترنت من فصل عامل النظافة في الشارع

[https://www.mako.co.il/news-israel/local-q3\\_2018/Article-d6df1d310c6e461004.htm](https://www.mako.co.il/news-israel/local-q3_2018/Article-d6df1d310c6e461004.htm)



في أعقاب إعلان في الفيسبوك: قام العشرات بتصليح بيت شخص مريض

<https://www.10.tv/news/165833>



فيسبوك اسرائيل تمنع دعايات للسجائر والتدخين

<https://www.themarker.com/consumer/health/.premium-1.6509554?utm>



لقد مررت بالكثير من المقاطعات": دانا زرمون تتجند من أجل ضحايا البلطجة في الشبكة

<https://www.10.tv/celebs/171873>



وثيقة الحوار الاسرائيلي

<http://menakim.org>

## طاولة رقم 4- الشبكة، المدارس وأبناء الشبيبة

اقرأوا المقالات، شاهدوا الفيديوهات واقتروا ثلاثة قواعد للسلوك في الشبكة في المدرسة

<https://goo.gl/32onN6> فيديو أهالي أذكيا يشتركون هواتف غبية:



فيديو أهالي أذكيا يشتركون هواتف غبية

<https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-5282650,00.html>



اليوم الذي سيبدأ به تعلم الفورت نايت في المدارس

<https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-5358437,00.html>



سيقوم المعلمون في الكشف عن البلطجة في الشبكة وعلاج هذه الظاهرة

<https://www.israelhayom.co.il/article/599131>

## الإساءة في الشبكة

### الكشف ومعالجة أنواع مختلفة من الإساءات في فضاء الإنترنت

"في السنوات الأخيرة نحن معرضين يوميا تقريبا، لأهالي، لطلاب ومربين يتعاملون مع أنواع عديدة من الإساءات النفسية التي تحدث في الفضاء الافتراضي. هذه الإساءات نابعة أحيانا من السلوك اللاواعي للمخاطر والتعقيدات في الروابط الاجتماعية في الشبكة، لكن الكثير من الأحيان لا يتعلق أساسا بالتصرف الشخصي للشخص انما للتواصل مع بيئته أو المحتويات المسيئة التي يتعرض لها. مثل التعريفات التي تنظر الى هذه المصطلحات بضوء ايجابي وتتطرق لقدرة الشخص على العمل واحتواء مجموعة واسعة من المشاعر والتجارب الايجابية والسلبية في حياته، ايضا في الشبكة من المهم أن نحرص على التركيز على الجوانب القوية والجديدة لسلوكنا أمام المصاعب والتحديات الافتراضية. هنا ايضا من المهم محاولة فهم مصطلح الراحة النفسية في الشبكة بشكل ايجابي، الذي يسمح بالتركيز على القوى، المتانة والقدرة على تسيير كل قوس المشاعر والتجارب التي تجلبها لنا الشبكة على طول الطريق، تنظيمهم والتعامل معهم."

(من المقالة: تسليل مكوفان"، شارون كايزر- هيلر، 2018)

إذا ما هي الإساءة النفسية في الشبكة؟ متى يجب التوجه الى استشارة وهل علاج الأولاد والشبيبة الذين تضرروا في فضاء الإنترنت مختلف من العلاج من إساءات أخرى؟

في هذه الوحدة نحن نطلب توسيع التمعن في الإصابات في الرفاهية النفسية في الفضاء الافتراضي وذكر المزايا الخاصة للإساءات النفسية في الشبكة. عندما نريد الاستفسار اذا تمت الإساءة لطالب في "الشبكة" في البداية من المهم أن نفهم ماهية الإساءة.

في مقالة "تسليل مكوفان" (كايزر هيلز: 2018) تم استعراض أنواع مختلفة من الإساءة للأطفال والشبيبة في الفضاء الافتراضي وطرق علاجها. يجب أن لا ننسى أن الإساءة هي أمر ذاتي وإساءة لشخص معين ليست بالضرورة إساءة لمشاعر صديقه، والعكس. في الماضي كان مقبولا أن نفكر أن الإساءة في الشبكة تتطرق في الأساس للتشهير (الفضح) أو عمل بلبجة/ عنف يحدث في الشبكة.

في مركز هورشت تم في الآونة الأخيرة تعريف مزايا خاصة للإساءة في الشبكة وأنواع مختلفة من الإساءة في الرفاهية النفسية في الشبكة، من بينها أيضا التعرض لمحتويات غير ملائمة للجيل أو مزايا الطلاب، التعرض لمحتويات عنيفة أو جنسية، إخراج مقصود من مجموعات اجتماعية، والعديد. الأسباب المختلفة تؤثر على النقاها النفسية للأولاد وأبناء الشبيبة في الإنترنت تختلف من شخص الى آخر وهكذا ايضا طرق التدخل والعلاج الموصى بهم. المزايا الخاصة لهذه الإساءات في الشبكة تضيف ركيزة اضافية للقوة وماهية الإساءة بالشخص عندما تحدث في الفضاء الافتراضي بالذات.

## المزايا الخمسة للإساءة في الشبكة

(من مقال "تسلييل مكوفان"، كايزر- هيلر، علم نفس عبري، 2018):

أ. **الشعور بالمجهولية:** بالاختلاف من الإساءة بالنقاهة النفسية للشخص التي تحدث خارج الشبكة، عدم الرؤية والبعد الموجود بين المسيء والضحية في الفضاء الافتراضي تسمح للمسيء بالتمتع من المجهولية التي في المثير من الأحيان تؤدي الى إساءة أكثر قوة، لردود فعل غاضبة وصعوبة في رؤية الآخر. بالإضافة الى ذلك، قلة آليات المراقبة في الشبكة تزيد هي أيضا من قدرة الإساءة بدون آثار وبدون تعاطف مع مشاعر الضحية.

ب. **شعور بالاختراق والإساءة في المساحة الشخصية والخاصة:** مصطلح الخصوصية في الشبكة معقد كثيرا، وعندما ننشر معلومات، صورة أو فكرة خاصة في المساحة الافتراضية، نحن غير واعين دائما للثمن النفسي المنوط بكشفهم في الشبكة لدوائر كبيرة من الناس. هكذا أحيانا كثيرة نجد أنفسنا متفاجئين من شعور تدنيس الخصوصية واختراق الفضاء الافتراضي الخاص بنا بعد نشر قصة مثيرة، مشاركة أو صورة وتحويلها الى عمومية، مكشوفة للجمهور الواسع ومتاحة لأعين الجميع.

ج. **إساءة مستمرة:** باختلاف عن حدث إساءة لا يتم في الشبكة والذي يمكن تحديد وقت البدء والانتهاؤ (سواء كان موضوعيا أو مستمرا)، ليس دائما يوجد "نهاية" للإساءة في الشبكة. حتى بعد الانتهاؤ من علاج الإساءة وتمت إعادة تأهيل الضحية وعاد الى عمله، من المحتمل أن تتبثق الإساءة وتستيقظ مجددا عن طريق أشخاص جدد انكشفوا لها أو بواسطة أصداء ردود فعل جديدة، بهذه الطريقة من الممكن أن تنشأ إساءة إضافية.

د. **الشعور بعدم التحكم والعجز بسبب نشر الإساءة أو المعلومات المسيئة:** في أحيانا كثيرة، المعلومات الشخصية التي نشرناها أو الإذلال الإهانة التي مررنا بها تنتشر بها في الشبكة مثل نار في حقل أشواك، بدون أن نستطيع أن نعرف من انكشف اليها، من هو مشترك في النشر ومن يعمل بهم استخدام، الأمر الذي يزيد جدا من الشعور بالإساءة. عدم المعرفة وعدم السيطرة على كمية ونوع الناس الذين شاهدوا الإساءة الخاصة ينشئون بأنفسهم إساءة قوية في شعورنا بالرافاهية النفسية وشعور عدم السيطرة والعجز الحقيقي.

هـ. **إساءة بالإنترنت من الممكن أن تحدث في كل وقت وفي كل مكان:** في النهار وفي المساء، في البيت وفي المدرسة، في حركات الشببية أو في غرفة النوم الخاصة. لا يوجد وقت أو مكان محدد للإساءة. هذه الحقيقة تحول الإساءة بالإنترنت الى تهديد دائم ومستمر الذي من الممكن أن يغرس الشعور بالخوف في حياتنا و"مطاردتنا" خلال كل ساعات النهار والليل.

## ماذا نعمل عندما يوجد شك للإيذاء بطالب من المدرسة الداخلية في الشبكة؟

أولا الإستماع للطالب، حاولوا فهم ماذا يشعر وتحققوا من مشاعره. تذكروا أن تكونوا متعاطفين حتى لو كان على خطأ. أحد الأمور الأكثر أهمية في موضوع الإيذاء في الشبكة هو التوجه من أجل الحصول على مساعدة. في كل حديث لكم مع الطلاب ركزوا على أهمية عدم البقاء وحيدا عند إيذائهم أو إيذاء الآخرين عند وجودهم أو كونهم جزء من هذا. اعرضوا أمامهم امكانيات مختلفة للمساعدة في أوقات الأزمات، ابتداء من الأصدقاء وأبناء العائلة وحتى المساعدة المهنية المتاحة وتوجهوا بأنفسكم للحصول على استشارة ودعم عند حدوث أزمة أو إيذاء في الشبكة.

## هل تأديتكم- لا تكونوا لوحدكم (ايضا) في الشبكة!

من أجل راحتكم أرفقنا عددا من الروابط المفيدة لمعالجة المساس في الشبكة:

|   |  |   |
|---|--|---|
| <a href="https://www.police.gov.il/join/unit-105">https://www.police.gov.il/join/unit-105</a> | 105 – الشبكة الوطنية لحماية الأطفال<br>والشبيبة في الشبكة  |    |
| <a href="https://www.horeshet.co.il/">https://www.horeshet.co.il/</a><br>052-2875878          | مركز هورشيت- معالجة ضحايا الشبكة،<br>الدعم والاستشارة المهنية من أجل تطوير<br>السلوك الآمن في الشبكة |    |
| <a href="https://www.isoc.org.il/">https://www.isoc.org.il/</a>                               | منظمة الانترنت الاسرائيلية   |    |
| <a href="https://www.isoc.org.il/safe">https://www.isoc.org.il/safe</a>                       | ناتيكا- نقترح عليكم الدعم  |    |
| <a href="http://www.eran.org.il/">http://www.eran.org.il/</a>                                 | عيران- مساعدة نفسية أولية  |   |
| <a href="https://www.elem.org.il">https://www.elem.org.il</a>                                 | عيلم- جمعية للشبيبة في خطر   |  |
| <a href="https://www.1202.org.il/">https://www.1202.org.il/</a>                               | منظمة ومراكز المساعدة لضحايا<br>العنف الجنسي   |  |
| <a href="https://www.lgbt.org.il/yesh">https://www.lgbt.org.il/yesh</a>                       | الجمعية من أجل مثليي الجنس في<br>اسرائيل- خط الإصغاء   |  |
| <a href="https://sahar.org.il/">https://sahar.org.il/</a>                                     | سahار- مساعدة وإصغاء في الشبكة   |  |
| <a href="https://www.askpeople.co.il/">https://www.askpeople.co.il/</a>                       | Ask people - موقع الاستشارة الاسرائيلي   |  |
| <a href="https://www.minamin.org/">https://www.minamin.org/</a>                               | معلومات صادقة عن الجنس   |  |